

Fruchtige Hühnerspieße

Gesamtzeit **70 Min.** 20 Min. Vorbereitungszeit **30 Min.** Marinierdauer **20 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
3372 kJ / 843 kcal

Fett: **34 g** Eiweiß: **74 g**
Kohlenhydrate: **69 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

300 g Hühnerbrüste
Marinade
1,5 TL Scharfe Sauce
6 EL Kikkoman Teriyaki
Barbecuesauce Honig
2 Knoblauchzehen
2 EL Olivenöl
1 Bund Minzblätter
Plus
200 g Ananas
1 rote Zwiebel
1 EL Limettensaft
1 rote Paprika
1 Zucchini

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Die Hühnerbrust in große Würfel schneiden. In eine Schüssel geben. Olivenöl, 6 EL Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce mit Honig, gehackten Knoblauch, Tabasco-Sauce und gehackte Minze hinzugeben. Zum Marinieren beiseitestellen.

Schritt 2

Zucchini in Scheiben schneiden. Paprika in große Würfel schneiden. Rote Zwiebel vierteln. Ananas in große Würfel schneiden – ähnlich groß wie die Hühnerbrust.

Schritt 3

Holzspieße vor dem Garen in Wasser legen.

Schritt 4

Hühnerbrust- und Gemüsestücke abwechselnd auf die Spieße stecken, damit die Spieße bunt aussehen.

Schritt 5

Spieße auf mittlerer vorgeheizter Fläche ca. 15 Min. grillen, dabei von Zeit zu Zeit wenden, damit sie gleichmäßig garen.