

Schweinsspiesse mit Teriyaki-Sauce und Frühlingszwiebeln

Zutaten für 4 Personen

8 Schweinsschnitzel vom Nierstück
à ca. 60 g
30 g Ingwer
3 EL Sojasauce
10 EL Teriyaki-Sauce
2 Bund Frühlingszwiebeln
4 EL Sesamöl
20 g Sesamsamen
Salz + Pfeffer

Beilage

Basmatireis.



Zubereitung

- Schnitzel längs halbieren. Fleischstreifen wellenartig auf Spiesse stecken.
- Ingwer an einer Raffel fein reiben.
- Sojasauce, Teriyaki-Sauce und Ingwer mischen.
- Spiesse und Marinade in einen verschliessbaren Frischhaltebeutel geben. Mischen und ca. 15 Minuten kühl stellen.

- Frühlingszwiebelgrün in Ringe, Zwiebeln in Schmitze schneiden.

- In einer Bratpfanne die Hälfte des Sesamöls erhitzen. Spiesse aus der Marinade heben, bei mittlerer Hitze ca. 8 Minuten braten. Marinade dazugiessen, aufkochen.
- Spiesse warmstellen.
- Restliches Sesamöl Öl erhitzen.
- Sesamsamen und Frühlingszwiebeln dazugeben, ca. 2 Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
- Gemüse mit Teriyaki-Spiessen servieren.

Dazu passt Basmatireis.