



---

## *Yakitori de poulet sauce teriyaki*

---



*Une autre façon de préparer des yakitoris.*

*Rassurez-vous le saké est plus que discret .*

### *Ingrédients :*

<i>500 gr de Blancs de poulet</i>	<i>2 cm de gingembre frais</i>
<i>30 ml de Sauce soja</i>	<i>1 Filet d'huile de colza ou tournesol</i>
<i>60 ml de Mirin</i>	<i>Bâtonnets pour brochette</i>
<i>30 ml de Saké</i>	

### *Préparation :*

*Peler le gingembre et râpé le .*

*Mélanger ensemble la sauce soja, le mirin, le saké et le gingembre.*

*Couper la viande en cubes et monter vos mini brochettes.*

*Placer les brochettes dans un plat et verser la marinade sur le tout.*

*Pour une marinade efficace un plat à fermeture hermétique ou à défaut à fermer avec du film alimentaire est recommandé .*

*Durée de marinade au minimum 2 h au maximum 4 h.*

*Egoutter les brochettes et réserver la marinade sur le côté.*

*Après ce temps faire chauffer un filet d'huile et cuire vos brochettes à feu vif 5 min.*

*Couvrir la poêle est laisser cuire 5 min de plus à feu moyen .*

*Retirer le couvercle, verser la marinade ,napper les brochettes en les tournant, porter à ébullition pour épaissir quelques instants. C'est prêt !*

### *Conseil – infos :*

*Vous pouvez les réchauffer au four quelques minutes sous papier aluminium pour ne pas créer de sur cuisson , ni les dessécher.*

*Rappel on ne lave pas le poulet , au mieux on l'essuie et on travaille sur un plan de travail propre.*