



Teriyaki Chicken Wings

für 2 Portionen | 30 Minuten | 966 kcal

Mit dem leckeren Rezept für Teriyaki Chicken Wings nach original japanischem Vorbild bereitest du zarte Hühnerflügel in einer selbstgemachten süß-herzhaften Teriyaki Sauce zu.

Zubereitung:

1. Zutaten für die Teriyaki Chicken Wings bereitlegen.
2. Als erstes die Hühnerflügel unter fließendem Wasser abwaschen und mit einem Küchenpapier gründlich abtupfen. Anschließend die Flügel mit Salz und Pfeffer von allen Seiten würzen und leicht einreiben.
3. Eine große Pfanne bei starker Hitze erwärmen und Öl hineingeben. Die Hühnerflügel mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen und einige Minuten goldbraun anbraten. Dann wenden und wiederum einige Minuten kräftig anbraten. Die gebratenen Hühnerflügel aus der Pfanne nehmen und auf einen Teller beiseitestellen.
4. Die Hitzezufuhr der Pfanne auf kleine Stufe einstellen. Dann für die Teriyaki Sauce Sojasauce, Mirin, Sake und Zucker in die Pfanne geben. Unter gelegentlichem Rühren circa 5 Minuten einköcheln lassen, damit sich der Zucker auflöst.
5. In die Teriyaki Sauce die bereits gebratenen Hühnerflügel legen. Mit einem Löffel die etwas eingedickte Sauce immer wieder über die Flügel laufen lassen.
6. Nach circa 3 bis 4 Minuten die Flügel wenden und noch einmal für circa 3 Minuten marinieren lassen.
7. Die fertigen Teriyaki Chicken Wings auf einem Teller anrichten, mit der restlichen Teriyaki Sauce aus der Pfanne übergießen und ggf. mit etwas Sesam garnieren. Fertig – Itadakimasu!

Zutaten:

- 6 Stück Hühnerflügel
- 1/2 TL Pfeffer
- 1 TL Salz
- 3 EL Öl (zum Beispiel Rapsöl)

Für die Teriyaki Sauce:

- 4 EL Sake
- 4 EL Mirin
- 8 EL Sojasauce
- 4 EL Zucker
- (optional) Sesam



1maljapan
1mal1japan.de