



Brochettes de poulet Yakitori

Une recette de Lucullent ! Testé (et mangé) pour vous...

Brochettes de poulet Yakitori

Quantité : pour 4 personnes - Durée totale : 45 minutes

Ingrédients

- 4 escalopes de poulet
 - 2 poivrons vert
 - 2 oignons moyens
 - 1 cuillère à soupe d'huile de colza
 - 120 ml de [Sauce Tare pour Yakitori](#)
-

Autres fournitures

- 12 brochettes en bois de 15 cm
-

Préparation

1. Faire tremper les brochettes dans de l'eau pour qu'elles ne brûlent pas pendant la cuisson.
2. Éplucher les oignons. Couper chaque oignon en 6 quartiers, puis chaque quartier en deux dans la largeur.
3. Éplucher les poivrons. Couper chaque poivron en deux, puis chaque demi-poivron en trois dans la longueur, puis chaque morceau en trois carrés.
4. Couper chaque escalope de poulet en 12 cubes.
5. Piquer sur chaque brochette, en alternant : oignon, poulet, poivron, poulet, poivron, poulet, poivron, poulet et oignon.
6. Faire chauffer l'huile dans une grande poêle.
7. Faire griller les brochettes jusqu'à ce que le jus commence à s'écouler.
8. Ajouter la [Sauce Tare pour Yakitori](#) et laisser réduire pour obtenir la consistance sirupeuse d'un caramel. Tourner souvent les brochettes pour bien les enrober de sauce.
9. Dès qu'elles sont prêtes, servir aussitôt.

Publié par Lucullent le 3 décembre 2009. Dernière modification le 4 octobre 2012.