

Teriyaki-Mix-Spieße

Nährwertangaben (pro Portion):
668 kJ / 158 kcal

Fett: **3,2 g** Eiweiß: **24,5 g**
Kohlenhydrate: **7,3 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

Für Garnelenspieße:

4 Garnelen (mit Kopf)
Kikkoman Teriyaki BBQ-
Sauce mit Honig

Für Rindfleischspieße:

1 Bund grüner Spargel
200 g Roastbeef
Kikkoman Teriyaki BBQ-
Sauce mit Honig

Für Jakobsmuschelspieße:

1 Zucchini
8 Jakobsmuscheln
Kikkoman Teriyaki BBQ-
Sauce mit Honig

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Die Garnelen auf der Rückseite aufschneiden und den Darm entfernen. Die ganze Garnele aufspießen und grillen. Mit Kikkoman Teriyaki Barbecuesauce mit Honig einpinseln.

Schritt 2

Die Spargelenden abschneiden, unteren Teil schälen, blanchieren und in 4 cm große Stücke schneiden. Das Roastbeef in 15g-Scheiben schneiden und plattieren. Den Spargel mit den Fleischstücken einwickeln und aufspießen. Nach dem Braten mit Kikkoman Teriyaki Barbecuesauce mit Honig glasieren.

Schritt 3

Zucchini längs in Scheiben schneiden (mit Sparschäler). Die Jakobsmuscheln damit einrollen und aufspießen. Die Muscheln von beiden Seiten anbraten und mit Kikkoman Teriyaki Barbecuesauce mit Honig einpinseln. Alles gemischt anrichten und heiß servieren.