



## Satay-Spiesschen (5 Personen)

### Zutaten: Spiesschen

600 g	Pouletbrust
5 EL	Soja-Sauce
1 Stk.	Limette (nur Saft)
3 Stk.	Knoblauchzehen
1-2 EL	Pflanzenöl (neutral, z.B. Sonnenblumen)
1-2 EL	zähflüssiger Honig
1-2 TL	Kurkuma (gemahlen)
je 1 Prise	Salz & Pfeffer

### Zutaten: Sauce

6 EL	Erdnussbutter
2 dl	Kokosnusscreme oder -milch
2-3 Stk.	Zitronengras (fein gehackt)
2-3 EL	Rohr-Zucker (braun)
3 EL	Limettensaft
1-2 EL	Soja-Sauce
1-2 EL	Pflanzenöl (neutral, z.B. Sonnenblumen)
2 Stk.	Knoblauchzehen
¼ TL	Koriander (gemahlen)
¼ TL	Ingwer (gemahlen)
0.5 TL	Chilipulver

### Zubereitung Spiesschen:

1. Poulet in feine Streifen schneiden, alle Zutaten für die Spiesschen mischen und zum Fleisch geben, anschliessend min. 2h im Kühlschrank ziehen lassen.
2. Die Holzspiesschen in Wasser einlegen, damit sie im Backofen nicht anbrennen, dann das marinierte Fleisch aufspiesen.
3. Umluft-Backofen auf ca. 220 Grad vorheizen

### Zubereitung Sauce:

4. Erdnussbutter mit Kokosnusscreme und den übrigen Zutaten in einer kleinen Pfanne mischen
5. Pfanne erwärmen, bis sich der Rohrzucker aufgelöst hat und die Sauce schön cremig ist.

### Braten & Anrichten:

6. Spiesschen in den Backofen (oder auch auf Grill oder in Pfanne) geben, knusprig-saftig braten (Achtung vor Austrocknen)
7. Heisse Spiesschen mit lauwarmer Sauce servieren