

Espetadas de frango teriyaki grelhadas

Tempo total **95 Mins.** 20 Mins. Tempo de preparação 15 Mins. Tempo de confecção 60 Mins. Tempo de marinada

INGREDIENTES

2 Porções

- 300 g** de frango desossado (ver dica)
- 6 colheres de sopa** Kikkoman Molho Teriyaki BBQ com Mel e Sabor Fumado
- 400 g** de pepino descascado
- 1** malagueta suave cortada em rodela (ou 1 malagueta suave)
- 2** ramos de hortelã, só as folhas
- 2 colheres de sopa** Kikkoman Tempero para Arroz de Sushi (125ml)
- 3 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente
- 2 colheres de sopa** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado
- 1** lima, cortada em 8 fatias
- 3** cebolinhas, cortadas em rodela
- 1 colher de sopa** de sementes de sésamo torradas
- Além disso:** espetos

PREPARAÇÃO

Passo 1

300 g de frango desossado (ver dica) - **3 colheres de sopa** Kikkoman Molho Teriyaki BBQ com Mel e Sabor Fumado

Corte o frango em cubos de 2 cm. Marine os cubos no Molho Kikkoman Teriyaki BBQ com Mel durante pelo menos 1 hora.

Passo 2

400 g de pepino descascado - **1** malagueta suave cortada em rodela (ou 1 malagueta suave) - **2** ramos de hortelã, só as folhas - **2 colheres de sopa** Kikkoman Tempero para Arroz de Sushi (125ml) **3 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente **2 colheres de sopa** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado

Corte o pepino em quartos no sentido do comprimento e retire as sementes. Corte os quartos em fatias na diagonal. Marine com a malagueta, a hortelã, o Tempero Kikkoman para Arroz de Sushi, o Molho de Soja Kikkoman e o Óleo de Sésamo Kikkoman.

Passo 3

Além disso:

3 colheres de sopa Kikkoman Molho Teriyaki BBQ com Mel e Sabor Fumado - espetos

Espete o frango nos espetos e cozinhe em lume médio na grelha ou numa frigideira por cerca de 12 minutos, virando regularmente. Pincele com o Molho Kikkoman Teriyaki BBQ com Mel e grelhe por mais 3 minutos, pincelando ocasionalmente.

Passo 4

1 lima, cortada em 8 fatias - **3** cebolinhas, cortadas em rodela - **1 colher de sopa** de

sementes de sésamo torradas

Sirva as espetadas de frango teriyaki grelhadas com a salada de pepino e fatias de lima, depois polvilhe com as cebolinhas e as sementes de sésamo.