

brochettes boulettes yakitori

Pour : 10 brochettes
Préparation : 30 minutes
Cuisson : 10 minutes

Sauce Yakitori "de nappage":

- 60g de sucre
- 10g de maïzena
- 120g de sauce de soja
- 120g de mirin

Boulettes

- 8 hauts de cuisse de poulet (surtout pas de blancs!!!)
- 1 poireau japonais (ou un normal...)
- 1 jaune d'oeuf
- 2 cuillerées à soupe de maïzena
- 1 cuillerée à soupe de sauce yakitori
- 2 cm de gingembre frais râpé

Mélanger tout d'abord dans une casserole, le sucre, la sauce mirin et la sauce de soja.

On trouve la Mirin, dans les épiceries japonaises, les supermarchés asiatiques et de plus en plus dans les supermarchés classiques!

Mettre la maïzena dans un petit bol et ajouter un peu de sauce. De cette façon on évite les grumeaux. Verser dans la sauce.

Porter le mélange à ébullition et laisser bouillir 3 minutes. La sauce est prête! Laisser refroidir

Préparer les autres ingrédients. Le poireau japonais est plus fin que le poireau que l'on trouve chez nous. Mais pas de panique!! On peut tout à fait prendre un poireau normal et n'en prendre qu'un peu plus de la moitié.

Pour le poulet, ce qui fait le succès de la recette, c'est le haut de cuisse. Si l'on met du blanc, les brochettes seront super sèches! Alors: niet!! Dans presque toutes les recettes asiatiques (japonaises, thaïes, chinoises), seul le haut de cuisse est utilisé.

Enlever la peau du poulet. Puis enlever l'os central et bien se débarrasser de toute présence de cartilage. Mettre la viande dans un mixeur. Bien mixer pour réduire le poulet en une pâte. Ajouter le poireau puis bien mixer. Mettre la viande dans un bol, ajouter la sauce yakitori, le jaune d'oeuf. Ajouter du gingembre frais râpé. Parfois je ne l'épluche pas...Enfin, ajouter la maïzena.

Chauffer une poêle avec de l'huile (juste un fond pour cuire la viande).

Pour faire des boulettes, il suffit de tremper une petite cuiller dans de l'eau froide. Prélever ensuite la viande et la mettre dans le creux de la main opposée. Avec la cuillère, il suffit de former la boulette.

Mettre au fur et à mesure les boulettes dans la poêle bien chaude. Le travail sera plus simple à deux: un forme les boulettes, l'autre s'occupe de les cuire. Car pour conserver la forme ronde des boulettes, il faut tout le temps les rouler dans la poêle, car la farce est assez molle.

Quand les boulettes sont bien dorées, c'est prêt!

Quand toutes les boulettes sont cuites, mettre 3 boulettes sur une brochette en bois, puis les napper de sauce. On pourrait les y plonger, mais il faudrait alors une grande quantité de sauce yakitori. La sauce peut être tiède si les boulettes sont bien chaudes. On peut préparer les boulettes, puis les réchauffer au dernier moment au micro-ondes. Mais ce sera toujours meilleur quand les boulettes croustillent encore en sortant de la poêle, avec la sauce chaude et sucrée dessus!

Servir avec un riz blanc.

