

Spiedini di petto di pollo

Tempo totale **15 Min**

Valori nutrizionali (per porzione):

1.574 kJ / 376 kcal

INGREDIENTI

4 Porzioni

- 4** filetti di petto di pollo senza pelle
- 3 cucchiaini** [Salsa Teriyaki BBQ con Miele Kikkoman](#)
- 1 cucchiaio** [Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman](#)
- 2** zucchine
- 4** cipolle bianche
- 1 cucchiaio** di olio d'oliva
- 2** rametti di rosmarino
- pepe

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Tagliare a fette i filetti di petto di pollo in base allo spessore, infilare sugli spiedini e ungere entrambe le parti con la salsa Teriyaki BBQ con miele. Far marinare per 10 minuti.

Passaggio 2

In una ciotola, mescolare la salsa di soia con l'olio.

Passaggio 3

Tagliare le zucchine a fette oblique di 1 cm di spessore. Mondare le cipolle e lasciarle intere. Versare dell'olio su zucchine e cipolle.

Passaggio 4

Mettere gli spiedini di petto di pollo sulla griglia e far cuocere su entrambi i lati per 5 minuti.

Passaggio 5

Disporre i rametti di rosmarino sulla griglia con le zucchine e le cipolle al di sopra e far grigliare per 2 minuti su ogni lato.

Passaggio 6

Preparazione dei piatti: disporre gli spiedini di petto di pollo nei piatti, aggiungere le fette di zucchine e le cipolle e condire col pepe.