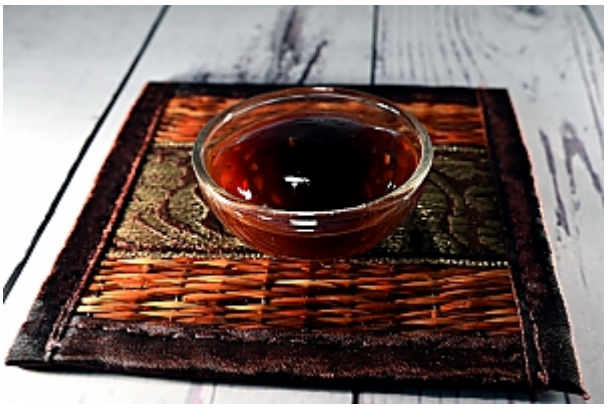
Teriyakisauce

Kategorie
Zutaten, Würzmittel

Beschreibung

Teriyakisauce mit Sesam

Teriyaki kann mit den Worten gegrillt und glänzend übersetzt werden. Es gilt als eines der japanischen Nationalgerichte. Dabei werden mehrere Zutaten, wie z. B. Fisch, Fleisch oder Gemüse mariniert und gegrillt oder auch geschmort. Die Sauce verwenden Sie am Besten zum marinieren und zum späteren Bestreichen der Speisen. Auf diese Weise erhalten die Speisen später einen köstlichen Glanz.
Die klassische Teriyaki-Sauce wird zubereitet, indem man Sojasauce, Sake, Mirin und Zucker zu gleichen Teilen mischt und bei geringer Hitze auf etwa die Hälfte des ursprünglichen Volumens reduziert. Die geringe Hitze wird angestrebt, damit einerseits der Alkohol aus dem Sake nicht vollständig verdunstet (dies soll erst während des Bratens oder Grillens passieren) und andererseits der Zucker nicht karamellisiert. Je nach Zweck der Marinade wird statt Zucker auch Honig verwendet. Andere Zutaten können Paprika, Ingwer und Bestandteile von Zitrusfrüchten (Saft, Schalenabrieb, Filets) sein. Knoblauch und Zwiebeln gehören traditionell nicht dazu.

Herkunft
Woher die Teriyaki Sauce letzten Endes kommt, ist schwer zu sagen. Die Geschichte der Teriyaki-Sauce auf Hawaii begonnen haben. Dort kreierten japanische Einwanderer eine unverwechselbare Marinade, die sie aus lokalen Produkten wie Ananassaft und Sojasauce herstellten. Interessant ist jedoch, dass es in Japan selbst keine offizielle Geschichte zur Teriyaki Sauce gibt. Das könnte in der Tat darauf hindeuten, dass die Teriyaki Sauce erstmals auf Hawaii verwendet wurde. Einen handfesten Beweis gibt es allerdings nicht.

Aroma
Die Teriyakisauce enthält aromatische Sojasauce, Essig und Zucker und verbindet diese Zutaten zu einem süßlich-pikanten Geschmackserlebnis mit einer leicht säuerlichen Geschmacksnote.

Verwendung
Teriyakisauce nicht nur als Marinade, sondern auch als Dipp verwendet werden. Wenn Sie die Teriyakisauce als Marinade verwenden möchten, legen Sie Ihren Fisch oder Ihr Fleisch für rund 30 Minuten in der Sauce ein. Sie können natürlich auch etwas länger warten, so wird der Geschmack intensiver. Im Anschluss legen Sie den Fisch oder das Stück Fleisch auf den Grill oder braten es in einer Pfanne an. Serviert wird das in Teriyakisauce marinierte Stück Fleisch/Fisch sehr gerne mit Gemüse und Reis. Der süßlich-würzige Geschmack ist charakteristisch für eine gute Teriyaki Sauce, was sie auch vielseitig einsetzbar macht. So kann die Teriyakisauce auch problemlos als Dip verwendet werden. Hierzu sollten Sie die fertige Sauce noch weiter erhitzen. Dadurch wird die Teriyakisauce nämlich immer dickflüssiger und bleibt durch ihre ohnehin schon leicht klebrige Konsistenz besser an Gemüse und anderen Beilagen haften. Wer mit der Teriyakisauce lieber Fleisch und Fisch mariniert, sollte darauf achten, dass die Sauce weitestgehend dünnflüssig bleibt.

Einkauf / Aufbewahrung
Teriyakisauce können Sie mit wenig Aufwand selbst herstellen, oder als Fertigprodukt im Supermarkt oder Asia-Laden kaufen.

© 2026 coquina.de

Hausgemachte Teriyakisauce sollte nach Bedarf sofort verwendet oder in einem luftdichten, sterilisierten Glas wie einem Einmachglas bis zu 2 bis 3 Wochen im Kühlschrank aufbewahrt werden. Angebrochene Fertigsaucen lagern Sie ebenfalls unter Beachtung des Haltbarkeitsdatums im Kühlschrank.

© 2026 coquina.de