

Chińskie klopsiki

Czas ogółem **25 min** 15 min Czas przygotowania **10 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
3.274 kJ / 782 kcal

Tłuszcz: **39,1 g** Białko: **42,9 g**
Węglowodany: **63,3 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

100 g	makaronu sojowego (½ opakowania)
2	szalotki
15 g	imbiru
0,5	papryczki chili
3,5	ząbki czosnku
2,5 łyżki	oleju
1 łyżka	cebuli dymki (posiekanej)
400 g	mielonego mięsa wieprzowo-wołowego
1	jajko
0,5 łyżeczki	przyprawy chińskiej, 5 smaków
2 łyżki	<u>Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman</u>
4 łyżki	<u>Marynata Teriyaki Kikkoman</u>
1 łyżeczka	prażonego sezamu
0,5 łyżeczki	płatków chili
2 łyżki	kolendry
100 g	ugotowanego ryżu jaśminowego

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

100 g makaronu sojowego

Makaron sojowy ugotuj według wskazówek na opakowaniu, następnie przelej go zimną wodą i potnij za pomocą nożyczek na mniejsze kawałki. Przełóż do miski.

Krok 2

2 szalotki - **15 g** imbiru - **0,5** papryczki chili - **3,5** ząbki czosnku - **2,5 łyżki** oleju - **1 łyżka** cebuli dymki (posiekanej)

Szalotkę, imbir, chili oraz czosnek drobno posiekaj. Na patelnię wlej olej, dodaj pokrojone warzywa (w tym dymkę), podsmażaj przez około 1 minutę i dodaj do makaronu.

Krok 3

400 g mięsa wieprzowo-wołowego - **1** jajko - **0,5 łyżeczki** przyprawy chińskiej, 5 smaków

Do miski z makaronem i warzywami dodaj mielone mięso, jajko oraz pozostałe przyprawy oraz zioła. Dokładnie wymieszaj. Z masy mięsnej uformuj kulki o średnicy około 3-4 cm.

Krok 4

2 łyżki Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman - **2 łyżki** Marynata Teriyaki Kikkoman - **1 łyżeczka** prażonego sezamu - **0,5 łyżeczki** płatków chili - **2 łyżki** kolendry - **100 g** ugotowanego ryżu jaśminowego

Uformowane mięsne kulki smaż na rozgrzanej patelni na rumiany kolor. Następnie dodaj sos sojowy Kikkoman i Marynatę Teriyaki Kikkoman. Wymieszaj. Gotowe danie przełóż do miski, posyp sezamem oraz chili w płatkach i posiekaną

kolendrą. Podawaj z ugotowanym ryżem
jaśminowym.