KIKKOMAN

Serowa zapiekanka makaronowa z dynią i nori

Czas ogółem **60 min** **20 min** Czas przygotowania **40 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
1.641 kJ / 392 kcal

Tłuszcz: **30,3 g** Białko: **33,2 g**
Węglowodany: **66,4 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

Makaron:

120 g	krótkiego makaronu, np. penne lub kolanek

Sos:

120 g	dyni Hokkaido
300 ml	mleka
10 g	żółtej pasty curry
40 g	masła
25 g	mąki pszennej
50 ml	Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman
75 g	sera cheddar
50 g	twardego sera mozzarella

Przybranie:

1	arkusz nori
1 łyżeczka	czarnego sezamu
1 łyżeczka	kolendry

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

120 g krótkiego makaronu, np. penne lub kolanek
Ugotuj makaron al dente zgodnie z instrukcją na opakowaniu.

Krok 2

120 g dyni Hokkaido - **300 ml** mleka - **10 g** żółtej pasty curry - **40 g** masła - **25 g** mąki pszennej - **50 ml** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman - **75 g** sera cheddar - **50 g** twardego sera mozzarella
Dynię zetrzyj na tarce o grubych oczkach. Wymieszaj z mlekiem i pastą curry. Gotuj przez 5 minut. Rozpuść masło na patelni i dodaj mąkę. Smaż na małym ogniu przez 2 minuty, często mieszając. Dodaj mleko i dynię i mieszaj energicznie, aż składniki się połączą. Dodaj Sos sojowy Kikkoman, starty cheddar i startą mozzarellę. Mieszaj i podgrzewaj, aż sery się roztopią.

Krok 3

Przybranie:

1 arkusz nori - **1 łyżeczka** czarnego sezamu - **1 łyżeczka** kolendry
Wymieszaj sos z kroku 2 z makaronem. Przełóż do naczynia żaroodpornego i piecz przez ok. 20 minut w temperaturze 200 °C, aż zapiekanka się zezłoci. Pokrusz nori. Podawaj zapiekankę pokrojoną na porcje, udekorowaną nori, czarnym sezamem i kolendrą.