KIKKOMAN

Chrupiące sajgonki z nadzieniem z owoców morza

Wartości odżywcze (na porcję)
1.370 kJ / 327 kcal

Tłuszcz: **9,5 g** Białko: **18 g**
Węglowodany: **42,4 g**

SKŁADNIKI

4 porcj(e/i)

1	ząbek Czosnek
5 g	Imbir
200 g	Kapusta
0,3	Cebula dymka
1 szczypta	Sól
100 g	Pierś kurczaka
1 szczypta	Pieprz
50 g	Kalmar
50 g	Obrane krewetki
50 g	Łosoś
0,5 łyżeczki	Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman
24 kawałki	Ciasto na pierożki gyōza
0,3 łyżeczki	Olej sezamowy
2 łyżki	Olej roślinny
Na sos - dip:	
50 ml	Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman
2	Ocet
0,5 łyżeczki	Olej sezamowy
	Pasta chili odrobina
	Nasze Japaski zostały zaprojektowane jako tapas w stylu japońskim. Wystarczy podwoićilośćkażdego składnika i można podawaćowoce palcowe jako danie główne.

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Bardzo drobno posiekaj czosnek, imbir, kapustę i pora. Posyp solą i wyciśnij nadmiar wody np. w ściereczkę.

Krok 2

Posiekaj drobno lub zmiel pierś kurczaka, dodaj do warzyw i dokładnie wymieszaj z przyprawami.

Krok 3

Oczyść kalmara, krewetki i łososia i pokrój na kawałeczki. Przełóż do miski i skrop Kikkoman Naturalnie Warzonym Sosem Sojowym, wymieszaj. Zostaw w lodówce na 10-15 minut. Następnie dodaj do nadzienia z warzyw i kurczaka i wymieszaj wszystkie składniki.

Krok 4

Wykładaj nadzienie łyżką na ciasto do pierożków gyōza i formuj cienkie wałeczki pośrodku, następnie składaj ciesto i formuj ciasne ruloniki (ciasto będzie się lepiej sklejać, jeśli zwilżysz jego brzegi wodą). Rozgrzej w garnku olej do smażenia i smaż sajgonki, aż się zarumienią i będą chrupiące (3-4 min). Podawaj z sosem - dipem i wybraną sałatką.