KIKKOMAN

Frytki z awokado w panko

Czas ogółem **20 min** **15 min** Czas przygotowania **5 min** Czas gotowania

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

Surówka:

150 g	czerwonej kapusty
150 g	białej kapusty
2 łyżki	prażonego sezamu
100 g	jogurtu
4 łyżki	Ponzu - Mieszanka sosu Sojowego, octu o smaku Cytrynowym Kikkoman
1 łyżka	Olej z prażonych nasion sezamu Kikkoman
	świeżo zmielony czarny pieprz (opcjonalnie)

Frytki z awokado:

2	małe awokado
1	jajko
1 łyżka	Sos Do Dań Poke Z Sosem Sojowym I Olejem Z Prażonych Ziaren Sezamu Kikkoman
2 łyżki	mąki pszennej
80 g	Kikkoman Panko - Chrupiąca panierka w japońskim stylu
	olej do smażenia

Dip:

2 łyżki	Sos Do Dań Poke Z Sosem Sojowym I Olejem Z Prażonych Ziaren Sezamu Kikkoman
3 łyżki	majonezu

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

150 g czerwonej kapusty - **150 g** białej kapusty - **2 łyżki** prażonego sezamu - **100 g** jogurtu - **4 łyżki** Ponzu - Mieszanka sosu Sojowego, octu o smaku Cytrynowym Kikkoman - **1 łyżka** Olej z prażonych nasion sezamu Kikkoman - świeżo zmielony czarny pieprz (opcjonalnie)

Drobno poszatkuj lub zetrzyj oba rodzaje kapusty na surówkę. Przygotuj dressing: wymieszaj sezam z jogurtem, Cytrusowym sosem Ponzu Kikkoman i Olejem sezamowym Kikkoman. Jeśli chcesz, dopraw dressing świeżo zmielonym czarnym pieprzem. Wymieszaj z kapustą.

Krok 2

2 małe awokado - **1** jajko - **1 łyżka** Sos Do Dań Poke Z Sosem Sojowym I Olejem Z Prażonych Ziaren Sezamu Kikkoman **2 łyżki** mąki pszennej - **80 g** Kikkoman Panko - Chrupiąca panierka w japońskim stylu

Awokado przekrój na pół, usuń pestki i wydrąż miąższ. Pokrój miąższ na grube słupki lub ćwiartki. Jajko roztrzep z Sosem Poke Kikkoman i przelej do płytkiej miski. Do dwóch oddzielnych płytkich misek wsyp mąkę i Panko Kikkoman. Obtocz słupki awokado najpierw w mące, następnie w mieszance jajecznej, a na końcu w Panko Kikkoman.

Krok 3

olej do smażenia

Rozgrzej olej na patelni i smaż frytki z awokado, aż staną się złociste i chrupiące ze wszystkich stron. Odsącz na ręczniku papierowym.

Krok 4

2 łyżki Sos Do Dań Poke Z Sosem Sojowym I Olejem Z Prażonych Ziaren Sezamu Kikkoman - **3**

łyżki majonezu
Wymieszaj Sos Poke Kikkoman z majonezem na dip. Podawaj z frytkami z awokado i surówką.