

Pieczone ziemniaki w panko z pikantnym dipem

Czas ogółem **20 min** 8 min Czas przygotowania **12 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)

1.650 kJ / 395 kcal

Tłuszcz: **7 g** Białko: **7 g**

Węglowodany: **74 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

400 g	ziemniaków, ugotowanych
1 łyżka	<u>Olej z prażonych nasion sezamu Kikkoman</u>
1 łyżeczka	soku z cytryny
1 łyżeczka	mielonej wędzonej papryki
3 łyżki	<u>Kikkoman Panko - Chrupiąca panierka w japońskim stylu</u>
4 łyżki	pasty gochujang
2 łyżki	miodu
3 łyżki	<u>Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman</u>
1 łyżka	octu ryżowego
1	ząbek czosnku, zmiążdżony
2 łyżki	drobno posiekanego szczypiorku

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

400 g ziemniaków, ugotowanych - **1 łyżka** Olej z prażonych nasion sezamu Kikkoman - **1 łyżka** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman - **1 łyżeczka** soku z cytryny - **1 łyżeczka** mielonej wędzonej papryki
Olej sezamowy Kikkoman wymieszaj z sokiem z cytryny, Sosem sojowym Kikkoman i mieloną papryką. Dodaj ziemniaki i wymieszaj.

Krok 2

3 łyżki Kikkoman Panko - Chrupiąca panierka w japońskim stylu
Obtocz ziemniaki w Panko Kikkoman. Przełóż je do air fryera i piecz przez 12 minut w 200°C.

Krok 3

4 łyżki pasty gochujang - **2 łyżki** miodu - **2 łyżki** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman - **1 łyżka** octu ryżowego - **1** ząbek czosnku, zmiążdżony - **2 łyżki** drobno posiekanego szczypiorku
W misce wymieszaj pastę gochujang z miodem, Sosem sojowym Kikkoman, octem i czosnkiem. Podawaj ziemniaki z dipem. Całość posyp szczypiorkiem.