KIKKOMAN

Pikantna kukurydza z grilla (elotes)

Czas ogółem **20 min** **10 min** Czas przygotowania **10 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
1.392 kJ / 331 kcal

Tłuszcz: **21,7 g** Białko: **9,1 g**
Węglowodany: **23,7 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

2	kolby kukurydzy
3 łyżki	Marynata Teriyaki Kikkoman
2 łyżki	majonezu
30 g	startego twardego sera (np. parmigiano)
0,5 łyżeczki	suszonego oregano
0,5 łyżeczki	mielonego kminku
0,5 łyżeczki	mielonego chipotle lub mielonego chili

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Zagotuj wodę w rondlu. Kukurydzę obierz z liści i włosków. Gotuj kukurydzę przez 5 minut. Odcedź.

Krok 2

Posmaruj kukurydzę 1-2 łyżkami marynaty teriyaki. Pozostaw do zamarynowania, kiedy będziesz rozgrzewać grilla lub patelnię grillową. Grilluj przez kilka minut, aż na kukurydzy pojawią się ślady zwęglenia.

Krok 3

Wymieszaj majonez z 1 łyżką marynaty teriyaki i posmaruj kukurydzę. Posyp tartym serem i przyprawami. Możesz dodać zioła, na przykład pietruszkę lub kolendrę.