Smażony boczek wieprzowy z sosem Kikkoman BBQ teriyaki z miodem, surówką Coleslaw i frytkami

Czas ogółem **55 min** **55 min** Czas przygotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
3.401 kJ / 812 kcal

Tłuszcz: **43,1 g** Białko: **36 g**
Węglowodany: **72,8 g**

SKŁADNIKI

4 porcj(e/i)

600 g	boczku wieprzowego w plastrach
90 ml	Sos Teriyaki BBQ z miodem Kikkoman
1	duża marchew, starta na drobno, na wiórki lub w spirale
0,5	małej kapusty białej, poszatkowanej
0,5	dużej czerwonej cebuli, pokrojonej na cienkie plasterki
5 łyżki	stołowych majonezu o niskiej zawartości tłuszczu
3 łyżki	stołowe octu ryżowego
600 g	przygotowanych w piekarniku frytek lub chipsów jako dodatek

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Piekarnik rozgrzać do temperatury 200°C/180°C z termoobiegiem (gaz: poziom 5). Plastry boczku włożyć do brytfanny i przy pomocy łyżki polać sosem BBQ teriyaki z miodem. Piec w piekarniku przez 35 – 45 minut, wielokrotnie polewając.

Krok 2

W międzyczasie do miski do serwowania dodać marchew razem z białą kapustą

Krok 3

Wieprzowinę wyjąć z piekarnika i podać z surówką Coleslaw i frytkami.