

Mausteisia koipireisiä tillikastikkeella

kokonaisaika **220 min** 15 min esivalmistelut **35 min** valmistus **170 min** marinointi

Ravintosisältö (per annos):

1.465 kJ / 350 kcal

Rasva: **20 g** Proteiini: **30 g**

Hiihihydraatit: **10 g**

AINEKSET

2 annosta

2	kanan koipireittä
150 ml	piimää
2	valkosipulinkynttä silputtuna
1 tl	savupaprikajauhetta
2 rkl	<u>Kikkoman Mausteinen Chilikastike Kimchille</u>
2 rkl	<u>Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike</u>
1 rkl	oliiviöljyä
120 g	kreikkalaista jogurttia
1 rkl	tuoretta tilliä silputtuna
1 tl	sitruunamehua
2 tl	<u>Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike</u>
10 g	tuoretta tilliä koristeluun

VALMISTUS

Vaihe 1

2 kanan koipireittä - **150 ml** piimää - **2** valkosipulinkynttä silputtuna - **1 tl** savupaprikajauhetta - **2 rkl** Kikkoman Mausteinen Chilikastike Kimchille - **2 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **1 rkl** oliiviöljyä
Sekoita piimä, silputtu valkosipuli, paprikajauhe, Kikkoman kimchi-chilikastike ja Kikkomanin soijakastike kulhossa. Lisää koipireidit ja varmista, että ne ovat kokonaan marinadin peitossa. Peitä kulho kannella ja jätä marinoitumaan ainakin kahdeksi tunniksi tai mielellään yön yli. Lämmitä grilli keskilämmölle. Nosta koipireidit marinadista, valuta liika marinadi pois ja sivele ne oliiviöljyllä. Kypsennä koipireisiä grillissä 30–40 minuuttia välillä kääntäen, kunnes sisälämpötila on 75 °C ja nahka on rapeaa ja hiukan hiiltynyttä.

Vaihe 2

120 g kreikkalaista jogurttia - **1 rkl** tuoretta tilliä silputtuna - **1 tl** sitruunamehua - **1 tl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **10 g** tuoretta tilliä koristeluun
Yhdistä kreikkalainen jogurtti, silputtu tilli, sitruunamehu ja Kikkomanin soijakastike pienessä kulhossa. Sekoita hyvin ja mausta. Kun kanan koipireidit ovat kypsiä, ota ne pois grillistä ja anna vetäytyä muutama minuutti. Tarjoile grillatut koipireidit tillikastikkeen kera ja koristele tuoreella tillillä.