KIKKOMAN

Grillattua mustekalaa ja ponzukastiketta

kokonaisaika **85 min** **15 min** esivalmistelut **10 min** valmistus **60 min** marinointi

Ravintosisältö (per annos):
2.867 kJ / 686 kcal

Rasva: **50 g** Proteiini: **34 g**
Hiilihydraatit: **22 g**

AINEKSET

2 annosta

Mustekala:

400 g	mustekalan lonkeroita (kiehautettuja)
4 rkl	Kikkoman Ponzu - Sekoitus Soijakastiketta, etikkaa ja sitruunaa
2	valkosipulinkynttä
0,5 tl	paprikajauhetta
1 rkl	oliiviöljyä
1 hyppyselli nen	chilihiutaleita

Salsa:

100 g	kirsikkatomaatteja
50 g	kapriksia
0,5 tl	raastettua sitruunan kuorta
2 rkl	oliiviöljyä
	muutama tuore basilikan lehti

Voikastike:

150 ml	sakea
4 rkl	Kikkoman Ponzu - Sekoitus Soijakastiketta, etikkaa ja sitruunaa
1 rkl	sitruunamehua
100 g	voita

VALMISTUS

Vaihe 1

400 g mustekalan lonkeroita (kiehautettuja) - **4 rkl** Kikkoman Ponzu - Sekoitus Soijakastiketta, etikkaa ja sitruunaa - **2** valkosipulinkynttä - **0,5 tl** paprikajauhetta - **1 rkl** oliiviöljyä - **1 hyppysellinen** chilihiutaleita
Paloittele kiehautetut mustekalan lonkerot.

Sekoita kulhossa Kikkomanin Ponzu-sitrussoijakastike, murskatut valkosipulinkynnet, paprikajauho, oliiviöljy ja chilihiutaleet. Lisää mustekala ja anna marinoitua jääkaapissa yksi tunti.

Vaihe 2

100 g kirsikkatomaatteja - **50 g** kapriksia - **0,5 tl** raastettua sitruunan kuorta - **2 rkl** oliiviöljyä - muutama tuore basilikan lehti
Leikkaa kirsikkatomaatit neljään osaan. Lisää niiden joukkoon kaprikset, sitruunan kuori ja oliiviöljy. Revi basilikanlehdet pienemmiksi ja sekoita salsan joukkoon.

Vaihe 3

150 ml sakea - **4 rkl** Kikkoman Ponzu - Sekoitus Soijakastiketta, etikkaa ja sitruunaa - **1 rkl** sitruunamehua - **100 g** voita
Kiehauta kattilassa sake, Kikkomanin Ponzu-sitrussoijakastike ja sitruunamehu (n. 1 minuutti). Lisää voi ja ota kattila pois levyltä. Sekoita, kunnes voi on sulanut ja kastike on sileää.

Vaihe 4

Grillaa mustekalan paloja n. 3 minuuttia

kummaltakin puolelta. Tarjoile salsan ja voikastikkeen kera.