KIKKOMAN

Kalapuikoilla täytetty rulla (uramaki)

kokonaisaika **15 min** **5 min** esivalmistelut **10 min** valmistus

Ravintosisältö (per annos):
588 kJ / 141 kcal

Rasva: **7,7 g** Proteiini: **7 g**
Hiilihydraatit: **10,4 g**

AINEKSET

8 annosta

2	kalapuikkoa (pakaste)
	Öljyä paistamiseen tai uppopaistamiseen
1	nori-arkki
200 g	keitettyä sushiriisiä
0,5 tl	wasabitahnaa
2 tl	majoneesia
1	kourallinen rucolaa
6	suikaletta punaista paprikaa
2	kurkkusuikaletta
2 tl	Kikkoman seesamikastike
2 rkl	paahdettuja seesaminsiemeniä

Vaihtoehtona Kikkomanin seesamikastikkeelle:

10 g	maapähkinävoita
10 g	vettä
2 g	Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
2	tippaa seesamiöljyä

Tarjoiluun:

Vihanneskrassia
majoneesia
Kikkoman seesamikastike
Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike

VALMISTUS

Vaihe 1

Paista tai uppopaista kalapuikot.

Vaihe 2

Laita sushimatolle nori-arkki.

Vaihe 3

Levitä sushiriisi matolle vedellä kostutetuin sormin.

Vaihe 4

Käännä ympäri.

Vaihe 5

Levitä ohuelti wasabitahnaa ja majoneesia pitkittäin keskelle.

Vaihe 6

Laita päälle rucola, kalapuikot sekä paprika- ja kurkkusuikaleet pitkittäin.

Vaihe 7

Mausta Kikkomanin seesamikastikkeella.

Vaihe 8

Kääri rullaksi.

Vaihe 9

Kääri tuorekelmuun ja muotoile sushimatolla. Poista tuorekelmu ja sushimatto.

Vaihe 10

Leikkaa kahdeksaksi yhtä suureksi palaksi.

Vaihe 11

Pyörittele palat kummaltakin puolelta seesaminsiemenissä.

Vaihe 12

Koristele vihanneskrassilla, majoneesilla ja Kikkomanin seesamikastikkeella.