KIKKOMAN

Mausteiset tonnikala-empanadat

kokonaisaika **50 min** **25 min** esivalmistelut **25 min** valmistus

Ravintosisältö (per annos):
3.072 kJ / 854 kcal

Rasva: **31,8 g** Proteiini: **42,2 g**
Hiilihydraatit: **106,5 g**

AINEKSET

4 annosta

Täyte:

280 g	tonnikalaa oliiviöljyssä
320 g	kidneypapuja (säilyke)
240 g	aurinkokuivattuja tomaatteja öljyssä
4 rkl	silputtua persiljaa
4 rkl	Kikkoman Mausteinen Chilikastike Kimchille

Taikina:

350 g	vaaleaa spelttijauhoa
120 ml	lämmintä vettä
60 g	pehmeää voita
1	kananmuna
2 rkl	mustia seesaminsiemeniä

Dippikastike:

4 rkl	Kikkoman Mausteinen Chilikastike Kimchille
2 rkl	majoneesia
1 tl	agavesiirappia

VALMISTUS

Vaihe 1

280 g tonnikalaa oliiviöljyssä - **320 g** kidneypapuja (säilyke) - **240 g** aurinkokuivattuja tomaatteja öljyssä - **4 rkl** silputtua persiljaa - **4 rkl** Kikkoman Mausteinen Chilikastike Kimchille
Valuta tonnikala ja soseuta se papujen sekä aurinkokuivattujen tomaattien kanssa paksuksi, rouheaksi tahnaksi. Lisää joukkoon persilja ja Kikkoman chilikastike.

Vaihe 2

350 g vaaleaa spelttijauhoa - **120 ml** lämmintä vettä - **60 g** pehmeää voita
Sekoita jauhot, voi ja vesi sileäksi taikinaksi. Kauli se levyksi ja leikkaa siitä ympyröitä, joiden halkaisija on n. 5 cm. Lämmitä uuni 180-asteiseksi.

Vaihe 3

Laita lusikallinen täytettä kunkin ympyrän keskelle, taita ja painele reunat yhteen.

Vaihe 4

1 kananmuna - **2 rkl** mustia seesaminsiemeniä
Laita empanadat leivinpaperilla peitetylle pellille, sivele vatkatulla munalla ja ripottele päälle seesaminsiemenet. Paista 180 asteessa 25 minuuttia.

Vaihe 5

4 rkl Kikkoman Mausteinen Chilikastike Kimchille - **2 rkl** majoneesia - **1 tl** agavesiirappia
Sekoita majoneesi, 2 rkl Kikkoman chilikastiketta ja majoneesi. Tarjoile empanadat lämpiminä tai kylminä kimchi-majoneesin ja Kikkoman

chilikastikkeen kera.