KIKKOMAN

Soijakastikkeella maustetut karitsakebakot

kokonaisaika **60 min** **15 min** esivalmistelut **15 min** valmistus **30 min** marinointi

Ravintosisältö (per annos):
2.717 kJ / 650 kcal

Rasva: **44 g** Proteiini: **48 g**
Hiilihydraatit: **12 g**

AINEKSET

2 annosta

1	pieni punasipuli
4	valkosipulinkynttä
0,5 nippu	persiljaa
2	tuoretta mintunoksaa
400 g	karitsan jauhelihaa
4 rkl	Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
0,5 tl	jauhettua korianteria
0,5 tl	jauhettua kuminaa
2 rkl	oliiviöljyä
1 rkl	sitruunamehua
1 tl	raastettua sitruunan kuorta
1 hyppyselli nen	vastajauhettua pippuria

Kastike:

0,5 nippu	tuoretta korianteria
0,5 nippu	tuoretta persiljaa
1 rkl	sitruunamehua
2 rkl	Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
120 ml	kreikkalaista jugurttia
1 hyppyselli nen	pippuria

VALMISTUS

Vaihe 1

1 pieni punasipuli - **4** valkosipulinkynttä - **0,5 nippu** persiljaa - **2** tuoretta mintunoksaa - **400 g** karitsan jauhelihaa - **4 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **0,5 tl** jauhettua korianteria - **0,5 tl** jauhettua kuminaa - **2 rkl** oliiviöljyä - **1 rkl** sitruunamehua - **1 tl** raastettua sitruunan kuorta - **1 hyppysellinen** vastajauhettua pippuria
Lisää jauhelihan sekaan murskattu valkosipuli sekä silputtu sipuli, persilja ja minttu. Lisää sen jälkeen Kikkomanin soijakastike, korianteri, kumina, oliiviöljy, sitruunamehu, raastettu sitruunan kuori sekä vastajauhettu pippuri. Sekoita ainekset hyvin.

Vaihe 2

Muotoile massasta pitkulaisia pötköjä, jotka voi paistaa tai laittaa vartaisiin. Anna tekeytyä jääkaapissa ainakin 30 minuuttia.

Vaihe 3

0,5 nippu tuoretta korianteria - **0,5 nippu** tuoretta persiljaa - **1 rkl** sitruunamehua - **2 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **120 ml** kreikkalaista jugurttia - **1 hyppysellinen** pippuria
Silppua kastiketta varten korianteri ja persilja, tai soseuta ne sitruunamehun kanssa. Lisää Kikkomanin soijakastike ja jugurtti ja sekoita hyvin. Mausta pippurilla.

Vaihe 4

Ota kebakot jääkaapista ja kypsennä kuumalla grillillä 3–5 minuuttia kummaltakin puolelta.

Tarjoile vaiheessa 3 valmistetun kastikkeen kera.