KIKKOMAN

# Raikkaat kevätkääryleet teriyaki-munakoisotäytteellä

kokonaisaika **30 min** **20 min** esivalmistelut **10 min** valmistus

Ravintosisältö (per annos):
**1.675 kJ / 400 kcal**

Rasva: **14,3 g** Proteiini: **10,7 g**
Hiilihydraatit: **54,2 g**

## AINEKSET

**4 annosta**

**Teriyaki-munakoisotäyte:**

| | |
|---|---|
| **1** | iso munakoiso |
| **3 rkl** | kasviöljyä |
| **100 ml** | Kikkoman Teriyaki -marinadi |
| **1 rkl** | vaaleaa siirappia (tai vaihtoehtoisesti agavesiirappia) |
| **1 rkl** | seesamiöljyä |

**Muut täytteet:**

| | |
|---|---|
| **1** | punainen paprika |
| **1** | iso porkkana |
| **0,5** | kurkku |
| **1** | salaattikerä |
| **1 nippu** | tuoretta minttua |
| **12 pala** | riisipaperia |
| **150 g** | keitettyjä riisinuudeleita |

**Kastike:**

| | |
|---|---|
| **1** | valkosipulinkynsi |
| **100 ml** | Kikkoman Teriyaki -marinadi |
| **2 tl** | seesaminsiemeniä |
| **3 rkl** | limetin mehua |
| **1 rkl** | vaaleaa siirappia (tai vaihtoehtoisesti agavesiirappia) |
| **1 rkl** | kevätsipulirenkaita |

## VALMISTUS

### Vaihe 1

Tee ensin teriyaki-munakoisotäyte. Puhdista ja pese munakoiso ja leikkaa kuutioiksi (n. 1 x 1 cm). Kuumenna kasviöljy pannulla kovalla lämmöllä, paista munakoisokuutiot kauttaaltaan ja nosta pois pannulta. Vähennä lämpöä, kaada paistorasvan joukkoon Teriyaki-marinadi, siirappi ja seesamiöljy ja kiehauta. Lisää joukkoon munakoisokuutiot ja anna kiehua hiljalleen 3–4 minuuttia. Nostele paistorasva-kastikeseosta munakoisokuutioiden päälle paiston aikana.

### Vaihe 2

Valmista seuraavaksi muut täytteet. Halkaise paprika, poista siemenet ja kanta ja huuhdo vedellä. Puhdista ja kuori porkkana. Puhdista ja pese kurkku. Leikkaa paprika, porkkana ja kurkku erittäin ohuiksi suikaleiksi. Puhdista ja pese salaatti ja minttu ja kuivaa salaattilingossa.

### Vaihe 3

Upota riisipaperit hetkeksi lämpimään veteen ja nosta sitten kostean keittiöpyyhkeen päälle. Aseta jokaisen riisipaperiarkin päälle 1 salaatinlehti, riisinuudeleita, teriyaki-munakoisotäytettä, kasvissuikaleita ja minttua. Kääri riisipaperit rullalle ja leikkaa kääryleet keskeltä kahtia.

### Vaihe 4

Valmista lopuksi kastike. Kuori ja purista valkosipulinkynsi. Sekoita valkosipuli, Teriyaki-

marinadi, seesaminsiemenet, limetin mehu, siirappi ja kevätsipulirenkaat keskenään. Tarjoa raikkaat kevätkääryleet kastikkeen kanssa.