

Rapeat kanataquitot

kokonaisaika **35 min** 15 min esivalmistelut 20 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):
1938 kJ / 464 kcal

Rasva: **32,6 g** Proteiini: **17,5 g**
Hiilihydraatit: **21,9 g**

AINEKSET

6 annosta

1 l vettä
6 rkl Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
2 laakerinlehteä
10 pippuria
200 g luutonta kananrintaa
75 g raastetta cheddarjuustoa
50 g tuorejuustoa
1 tl savupaprikajauhetta
0,5 tl kuivattua oreganoa
1 tl hienonnettua jalapenoa
6 pientä tortillaa (halkaisija n. 15 cm)
Öljyä paistamiseen

Pico de gallo salsa

100 g tomaatteja
50 g sipulia
1 jalapeno
2 rkl oliiviöljyä
10 g tuoretta korianteria
1 limetti
1 rkl Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
100 g jäävuorisalaattia
100 g kirsikkatomaatteja
75 g ranskankermaa
1 avokado
4 rkl Kikkoman Mausteinen Chilikastike Kimchille
Tuoretta korianteria

Lisäksi

puisia cocktailtikkuja

VALMISTUS

Vaihe 1

Lisää vesi pieneen kattilaan ja kiehauta. Lisää soijakastike, laakerinlehdet ja pippurit. Vähennä lämpöä niin, että seos ei enää kiehu. Leikkaa kananrinta pituussuunnassa, jotta se kypsyy nopeammin. Kypsennä 10–12 minuuttia. Ota kananrinta vedestä ja anna jäähtyä. Revi liha pienemmiksi palasiksi.

Vaihe 2

Sekoita kana, cheddarjuusto, tuorejuusto, Kikkoman-soijakastike ja mausteet keskenään.

Vaihe 3

Levitä seos tortilloille ja kierrä ne tiukasti rulliksi. Kiinnitä cocktailtikulla.

Vaihe 4

Kypsennä 4–5 minuuttia pienessä määrässä öljyä, kunnes taquitot ovat rapeita ja kullanruskeita. Laita taquitot ritilän päälle muutaman minuutin ajaksi, jotta ylimääräinen öljy valuu pois.

Vaihe 5

Pico de gallo salsaan: Hienonna tomaatit, sipuli ja jalapeno. Sekoita hyvin. Mausta öljyllä, hienonnetulla korianterilla, limetinmehulla ja soijakastikkeella.

Vaihe 6

Laita taquitot tarjolle lautaselle yhdessä pilkotun jäävuorisalaatin, tomaattien, ranskankerman, kuutioidun avokadon, tulisen kastikkeen ja tuoreen korianterin kanssa. Tarjoa salsan kanssa.