

Rpeat panko-avokadoranskalaiset

kokonaisaika **20 min** 15 min esivalmistelut 5 min valmistus

AINEKSET

2 annosta

Kaalisalaatti:

150 g	punakaalia
150 g	valkokaalia
2 rkl	paahdettuja seesaminsiemeniä
100 g	jogurttia
4 rkl	<u>Kikkoman Ponzu - Sekoitus Soijakastiketta, etikkaa ja sitruunaa</u>
1 rkl	<u>Kikkoman paahdettu seesamiöljy</u> Vastajauhattua mustapippuria (valinnainen)

Avokadoranskalaiset:

2	pientä avokadoa
1	kananmuna
1 rkl	<u>Kikkoman Soijakastike- Ja Seesamiöljy -Pohjainen Kastike Poke-Kulhoa Varten</u>
2 rkl	vehnäjauhoja
80 g	<u>Kikkoman Panko - japanilaistyylinen rapea korppujauho</u> Öljyä paistamiseen

Dippikastike:

2 rkl	<u>Kikkoman Soijakastike- Ja Seesamiöljy -Pohjainen Kastike Poke-Kulhoa Varten</u>
3 rkl	majoneesia

VALMISTUS

Vaihe 1

150 g punakaalia - **150 g** valkokaalia - **2 rkl** paahdettuja seesaminsiemeniä - **100 g** jogurttia - **4 rkl** Kikkoman Ponzu - Sekoitus Soijakastiketta, etikkaa ja sitruunaa - **1 rkl** Kikkoman paahdettu seesamiöljy - Vastajauhattua mustapippuria (valinnainen)
Silppua tai raasta kaalit hienoksi kaalisalaattia varten. Sekoita seesaminsiemenet, jogurtti, Kikkoman ponzu-sitrussoijakastike ja Kikkoman seesamiöljy kastikkeeksi ja mausta halutessasi mustapippurilla. Sekoita kastike kaalin joukkoon.

Vaihe 2

2 pientä avokadoa - **1** kananmuna - **1 rkl** Kikkoman Soijakastike- Ja Seesamiöljy -Pohjainen Kastike Poke-Kulhoa Varten **2 rkl** vehnäjauhoja - **80 g** Kikkoman Panko - japanilaistyylinen rapea korppujauho
Halkaise avokadot kahtia, poista kivet ja irrota hedelmäliha lusikalla. Leikkaa se paksuiksi siivuiksi tai lohkoiksi. Vatkaa kananmuna ja Kikkoman poke-kastike sekaisin ja kaada seos matalaan astiaan. Laita jauhot ja Kikkoman panko-korppujauhot kahteen erilliseen matalaan astiaan. Kasta avokadopalat ensin jauhoihin, sitten munaseokseen ja lopuksi Kikkoman panko-korppujauhoihin.

Vaihe 3

Öljyä paistamiseen
Kuumenna öljy pannulla ja paista avokadoranskalaiset kullanuskeiksi ja rapeiksi kaikilta sivuilta. Valuta talouspaperin päällä.

Vaihe 4

2 rkl Kikkoman Soijakastike- Ja Seesamiöljy

-Pohjainen Kastike Poke-Kulhoa Varten - **3 rkl**
majoneesia

Sekoita Kikkoman poke-kastike sekä majoneesi ja tarjoile dippikastikkeena avokadoranskalaisten ja kaalisalaatin kera.