

Teriyaki-kanaburgeri kiinalaisittain

kokonaisaika **70 min** 20 min esivalmistelut 30 min valmistus 30 min marinointi

Ravintosisältö (per annos):
3416 kJ / 816 kcal

Rasva: **23,7 g** Proteiini: **40,3 g**
Hiilihydraatit: **65,3 g**

AINEKSET

2 annosta

150 g	jauhoa
1 tl	kuivahiivaa
1,33 rkl	Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
120 ml	lämmintä vettä
300 g	kanankoipia
100 ml	Kikkoman Paahdetuilla valkosipulilla maustettu Teriyaki-kastike
0,25 tl	jauhettua inkivääriä
0,25 tl	kanelia
0,25 tl	fenkolia
1 rkl	silputtua korianteria tai persiljaa
1 tl	silputtua chiliä
100 g	punakaalia
2 rkl	oliiviöljyä
1 rkl	limettimehua
1 tl	hunajaa
2	sipulia
1 tl	sokeria

VALMISTUS

Vaihe 1

150 g jauhoa - **1 tl** kuivahiivaa - **0,33 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **120 ml** lämmintä vettä

Vaivaa ainekset pehmeäksi taikinaksi. Peitä ja anna kohota lämpimässä paikassa n. tunti. Jaa taikina neljään osaan ja kauli palat pitkiksi nauhoiksi. Taita nauha pitkittäin puoliksi ja rullaa tiiviiksi rullaksi. Litistä rulla pyöreäksi levyksi ja kauli hiukan ohuemmaksi. Peitä leivät ja anna kohota 20 minuuttia. Lämmitä pannu kuumaksi ja paista leipiä kuumalla pannulla 2 minuuttia kummaltakin puolelta. Jätä odottamaan.

Vaihe 2

300 g kanankoipia - **100 ml** Kikkoman Paahdetuilla valkosipulilla maustettu Teriyaki-kastike - **0,25 tl** jauhettua inkivääriä - **0,25 tl** kanelia - **0,25 tl** fenkolia - **1 rkl** silputtua korianteria tai persiljaa - **1 tl** silputtua chiliä

Taputtele liha kuivaksi ja peitä koivet Kikkomanin Teriyaki-kastikkeella, johon on sekoitettu inkivääri, kaneli ja fenkoli. Marinoi koipia noin 30 minuuttia. Ota marinadi talteen.

Laita koivet uunivuokaan ja peitä vuoka foliolla. Kypsennä 180-asteisessa uunissa 20–30 minuuttia, kunnes koivet ovat kypsiä. Irrota liha haarukalla, lisää korianteri ja chili ja sekoita liha jäljelle jääneeseen marinadiin.

Vaihe 3

100 g punakaalia - **1 rkl** oliiviöljyä - **1 rkl** limettimehua - **1 tl** hunajaa
Silppua kaali ja lisää sen sekaan oliiviöljy,

limettimehu sekä hunaja. Sekoita hyvin.

Vaihe 4

2 sipulia - **1 rkl** oliiviöljyä - **1 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **1 tl** sokeria
Suikaloi sipuli ja paista se öljyssä. Lisää Kikkomanin soijakastike ja sokeri ja anna porista alhaisella lämmöllä n. 10 minuuttia.

Vaihe 5

Halkaise leivät ja täytä ne marinoidulla lihalla, kaalilla ja karamellisoidulla sipulilla.