KIKKOMAN

Teriyaki-marinoidut mehevät kanavartaat (kara-age)

kokonaisaika **45 min** **5 min** esivalmistelut **30 min** marinointi **10 min** valmistus

Ravintosisältö (per annos):
2.284,5 kJ / 546 kcal

Rasva: **39 g** Proteiini: **29 g**
Hiilihydraatit: **16 g**

AINEKSET

4 annosta

500 g	luutonta broilerin koipireittä
100 ml	Kikkoman Teriyaki -marinadi
0,75 rkl	raastettua inkivääriä
	perunajauhoja
	öljyä friteeraukseen
Dippi:	
100 g	majoneesia
10 ml	limetin mehua
10 ml	Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike

VALMISTUS

Vaihe 1

Sekoita marinadi ja raastettu inkivääri keskenään ja kaada seos muovipussiin. Leikkaa luuton broileri sopivan kokoisiksi suupaloiksi ja nosta broileripalat muovipussiin marinadin joukkoon. Puristele muovipussia kevyesti, jotta marinadi tarttuu lihaan. Anna marinoitua 30 minuuttia. Nosta broilerinpalat pois marinadista ja taputtele talouspaperilla kuiviksi. Kääntele broilerinpalat nopeasti perunajauhoissa ja friteeraa 170 asteessa. Tarjoa limettisiivujen ja dippikastikkeen kanssa.