KIKKOMAN

Croque monsieur cu kimchi la air fryer

Timp total **20 min.** **10 min.** timp de preparare **10 min.** timp de gătire

Valori nutriționale (per porție):
2.105 kJ / 503 kcal

Grăsimi: **21 g** Proteine: **29 g**
Carbohidrați: **45 g**

INGREDIENTE

2 Porții

Sos teriyaki-maioneză și dip:

50 g	maioneză light
2 lingură	Sos BBQ Teriyaki Kikkoman în Stil Coreean

Kimchi:

100 g	varză chinezească
2 lingură	Sos Picant Chili pentru Kimchi Kikkoman

Sandvișuri:

4 o felie	de pâine integrală
90 g	cașcaval
80 g	șuncă cotto

În plus:

2 lingură	chives proaspăt, tocat

MOD DE PREPARARE

Pasul 1

50 g maioneză light - **2 lingură** Sos BBQ Teriyaki Kikkoman în Stil Coreean
Amestecă maioneza cu Sos BBQ Teriyaki Kikkoman în Stil Coreean până la omogenizare, apoi pune deoparte jumătate din cantitate pentru a o servi ca dip și folosește restul pentru sandvișuri.

Pasul 2

100 g varză chinezească - **2 lingură** Sos Picant Chili pentru Kimchi Kikkoman
Taie varza chinezească în bucăți mai mari și amestec-o cu Sos Picant Chili Kimchi Kikkoman. Pune-o la frigider pentru 5–10 minute.

Pasul 3

90 g cașcaval - **4 o felie** felii de pâine integrală (aprox. 120 g) - **80 g** șuncă cotto
Dă cașcavalul pe răzătoare și împarte-l în 3 porții egale. Unge partea interioară a feliilor de pâine cu câte 1 lingură de sos teriyaki-maioneză. Presară prima porție de cașcaval peste două dintre feliile de pâine, adaugă șunca și kimchiul, apoi presară a doua porție de cașcaval.

Pasul 4

Unge celelalte 2 felii de pâine rămase cu câte 1 lingură de sos teriyaki-maioneză și așază-le cu partea unsă în jos pentru a acoperi umplutura. Presează-le ferm, fixează-le cu scobitori, unge-le deasupra cu restul de sos și presară ultima treime de cașcaval.

Pasul 5

2 lingură chives proaspăt, tocat

Așază sandvișurile în air fryer și gătește-le la 180 °C timp de 8–10 minute, până când pâinea devine aurie și crocantă, iar cașcavalul este complet topit. Servește sandvișurile calde, presărate cu chives și alături de dipul păstrat la pasul 1.