KIKKOMAN

Inele de ceapă și pimientos (ardei) în panko

Timp total **20 min.** **15 min.** timp de preparare **5 min.** timp de gătire

Valori nutriționale (per porție):
3.717 kJ / 891 kcal

Grăsimi: **54,20 g** Proteine: **16,90 g**
Carbohidrați: **80,20 g**

INGREDIENTE

2 Porții

Pentru crema tartinabilă umami:

60 g	maioneză
2 linguriță	Sos Teriyaki pentru Wok Kikkoman cu Usturoi Copt

For the pimientos and onion rings:

8	ardei pimientos
1	ceapă mare
80 g	făină albă
1 linguriță	de amidon de cartofi
1 linguriță	de praf de copt
	Piper negru, proaspăt măcinat
2 lingură	Sos Teriyaki pentru Wok Kikkoman cu Usturoi Copt
1	ou
100 ml	apă rece
100 g	Panko Kikkoman – Pesmet Crocant in Stil Japonez
1 lingură	de semințe de susan alb
1 lingură	de semințe de susan negru
	Ulei, pentru prăjit

MOD DE PREPARARE

Pasul 1

60 g maioneză - **2 linguriță** Sos Teriyaki pentru Wok Kikkoman cu Usturoi Copt
Pentru crema tartinabilă umami, amestecați maioneza cu sosul Teriyaki Wok Kikkoman cu usturoi copt.

Pasul 2

8 ardei pimientos - **1** ceapă mare - **80 g** făină albă - **1 linguriță** de amidon de cartofi - **1 linguriță** de praf de copt - Piper negru, proaspăt măcinat - **2 lingură** Sos Teriyaki pentru Wok Kikkoman cu Usturoi Copt - **1** ou - **100 ml** apă rece - **100 g** Panko Kikkoman – Pesmet Crocant in Stil Japonez - **1 lingură** de semințe de susan alb - **1 lingură** de semințe de susan negru
Spălați ardeii pimientos, apoi curățați ceapa și tăiați-o în inele de aproximativ 1 cm grosime.
Pentru aluat, amestecați făina, amidonul de cartofi, praful de copt și piperul. Încorporați sosul Teriyaki Wok Kikkoman cu usturoi copt, oul și apa rece, apoi turnați compoziția într-un bol puțin adânc.
Amestecați pesmetul Panko Kikkoman cu semințele de susan și puneți-le într-un alt bol puțin adânc.

Pasul 3

Ulei, pentru prăjit
Treceți ardeii pimientos și inelele de ceapă mai întâi prin aluat, lăsați excesul să se scurgă, apoi acoperiți-le bine cu amestecul de Panko Kikkoman și prăjiți-le în ulei încins timp de 4–7 minute, sau la friteuza cu aer cald timp de 8–10 minute, până devin crocante și aurii. Scoateți ardeii pimientos și inelele de ceapă pe hârtie absorbantă de bucătărie

și serviți-le alături de crema tartinabilă umami.