

Dereotu soslu ızgara tavuk budu

toplam süre **220 dak.** 15 dak. hazırlık süresi **35 dak.** pişme süresi **170 dak.** marine süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
1.465 kJ / 350 kcal

Yağ: **20 gr** Protein: **30 gr**
Karbonhidrat: **10 gr**

MALZEMELER

2 porsiyon

2	adet tavuk budu
150 ml	ayran
2	diş doğranmış sarımsak
1 tatlı kaşığı	tütsülenmiş toz paprika
2 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Kimchi Acı Biberli Sosu</u>
2 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu</u>
1 yemek kaşığı	zeytinyağı
120 gr	süzme yoğurt
1 yemek kaşığı	doğranmış taze dereotu
1 tatlı kaşığı	limon suyu
2 tatlı kaşığı	<u>Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu</u>
10 gr	taze dereotu (süsleme için)

HAZIRLANIŞ

Adım 1

2 adet tavuk budu - **150 ml** ayran - **2** diş doğranmış sarımsak - **1 tatlı kaşığı** tütsülenmiş toz paprika - **2 yemek kaşığı** Kikkoman Kimchi Acı Biberli Sosu - **2 yemek kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu - **1 yemek kaşığı** zeytinyağı
Ayran, doğranmış sarımsak, toz paprika, Kikkoman Spicy Chili Sauce for Kimchi ve Kikkoman Naturally Brewed Soy Sauce'u bir kâsede karıştırın. Tavuk butlarını ekleyip tamamen sosla kaplanmalarını sağlayın. Üzerini kapatıp en az 2 saat veya en iyi sonuç için bir gece marine edin. Izgarayı orta ısıda önceden ısıtın. Tavukları marinattan çıkarıp fazla sosun süzülmesini bekleyin. Tavukları zeytinyağı ile fırçalayın. Tavuk butlarını ızgaraya yerleştirin ve ara sıra çevirerek 30-40 dakika, iç sıcaklığı 75°C'ye ulaşana ve derisi çıtır ve hafif yanık olana kadar pişirin.

Adım 2

120 gr süzme yoğurt - **1 yemek kaşığı** doğranmış taze dereotu - **1 tatlı kaşığı** limon suyu - **2 tatlı kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu - **10 gr** taze dereotu (süsleme için)
Süzme yoğurt, doğranmış dereotu, limon suyu ve Kikkoman Naturally Brewed Soy Sauce'u küçük bir kâsede karıştırın. İyice karıştırıp tatlandırın. Tavuklar pişince ızgaradan alın ve birkaç dakika dinlendirin. Izgara tavuk butlarını dereotlu sosla birlikte servis edin ve taze dereotu ile süsleyin.