

Tavuklu, patatesli ve yer fıstıklı Massaman köri

toplam süre **30 dak.** 10 dak. hazırlık süresi 20 dak. pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
2.615 kJ / 629 kcal

Yağ: **41,9 gr** Protein: **37 gr**
Karbonhidrat: **23,6 gr**

MALZEMELER

4 porsiyon

400 gr	tavuk göğüs fileto
400 gr	patates
1	soğan
1 parça / tane	zencefil (2 cm)
1	diş sarımsak
2 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağı</u>
100 gr	yer fıstığı
1 yemek kaşığı	(Massaman) köri macunu
400 ml	Hindistan cevizi sütü
2 yemek kaşığı	yer fıstığı ezmesi (veya fıstık ezmesi)
2 tatlı kaşığı	esmer şeker veya bal (veya Kikkoman Mirin-Style Sweet Cooking Seasoning)
4 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Ponzu Limonlu</u>
3 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu</u>
0,5 demet	kişniş

HAZIRLANIŞ

Adım 1

400 gr tavuk göğüs fileto - **400 gr** patates - **1** soğan - **1 parça / tane** zencefil (2 cm) - **1** diş sarımsak

Tavuk filetosunu kurulayın ve yaklaşık 2 cm büyüklüğünde parçalar halinde kesin. Patatesleri soyun, yıkayın ve kabaca küp şeklinde doğrayın. Soğanı ince halkalar şeklinde kesin. Zencefil ve sarımsağı ince ince doğrayın.

Adım 2

2 yemek kaşığı Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağı **70 gr** yer fıstığı - **1 yemek kaşığı** (Massaman) köri macunu - **400 ml** Hindistan cevizi sütü - **2 yemek kaşığı** yer fıstığı ezmesi (veya fıstık ezmesi) - **2 tatlı kaşığı** esmer şeker veya bal (veya Kikkoman Mirin-Style Sweet Cooking Seasoning) - **4 yemek kaşığı** Kikkoman Ponzu Limonlu **3 yemek kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
Tavuk filetosunu ısıttığınız Kikkoman Sesame Oil'de kavurun. Soğan, zencefil ve sarımsağı ekleyin ve kızartın. Patatesleri, yer fıstıklarını ve köri macununu ekleyin, kısaca karıştırın ve hindistan cevizi sütü ile deglaze edin. Yer fıstığı ezmesini veya tereyağını, şekeri, Kikkoman Ponzu Lemon ve Kikkoman Soy Sauce'u ekleyin. Yaklaşık 20 dakika kaynatın. Sos çok koyulaşırsa, biraz su ekleyin.

Adım 3

0,5 demet kişniş - **30 gr** yer fıstığı
Kişnişi ve yer fıstıklarını kabaca doğrayın. Yer fıstıklarını küçük bir tavada altın rengine gelene kadar kavurun. Köriyi kişniş ve doğranmış yer fıstıkları ile süsleyin ve servis yapın.