KIKKOMAN

Çıtır Tavuklu Poke Bowl

toplam süre **27 dak.** **15 dak.** hazırlık süresi **12 dak.** pişme süresi

MALZEMELER

4 porsiyon

200 gr	suşi veya yasemin pirinci
1	kırmızı soğan
50 ml	sirke
50 ml	su
50 ml	şeker
4	chicken fillets
3 yemek kaşığı	buğday unu
2 tatlı kaşığı	köri tozu
1	yumurta, çırpılmış
200 gr	Kikkoman Panko - Japon Usulü Çıtır Ekmek Kırıntısı
0,5	küçük sivri lahana
2	avokado
200 gr	Edamame fasulyesi (soyulmuş)
2 yemek kaşığı	Kikkoman Poke Sos
1	misket limonu (lim)

HAZIRLANIŞ

Adım 1

Pirinç, paket talimatına göre pişirilir. Hafifçe soğumaya bırakılır, daha sonra 4 kâseye dağıtılır.

Adım 2

Soğan dilimler halinde doğranır. Su, sirke ve şeker kaynatılır ve soğan dilimleri bir dakika bu karışımın içinde kaynamaya bırakılır. Ocak kapatılır ve soğan dilimleri en az 15 dakika boyunca pişirme suyunda bırakılır.

Adım 3

Tavuk filetoları, yaklaşık 1 cm kalınlığında dilimler elde etmek için hafifçe dövülür. Tavuk filetolarının her iki tarafına un serpilir ve tuz, karabiber ve köri tozu ile baharatlandırılır. Tavuk filetoları, çırpılmış yumurtaya ve ardından galeta ununa batırılır. Tavuk etleri, her iki taraftan yaklaşık 5 dakika yağda kızartılır, bir kâğıt havlu üzerine konarak fazla yağı alınır ve sonra dilimlenir.

Adım 4

Edamame fasulyeleri 1 dakika haşlanır. Lahana ince dilimler halinde doğranıp Kikkoman Poke Sauce ile karıştırılır. Avokado dilimlere doğranır.

Adım 5

Lahana, avokado, Edamame fasulyesi, soğan turşusu ve tavuk, pirincin üzerine yerleştirilir. Garnitür olarak ekstra Kikkoman Poke Sauce ile servis yapılır.