

# Deniz Mahsullü Çıtır Çin Böreği

Besin değerleri (porsiyon başı):  
**1370 kJ / 327 kcal**

Yağ: **9,5 gr** Protein: **18 gr**  
Karbonhidrat: **42,4 gr**

## MALZEMELER

4 porsiyon

<b>1</b>	diş sarımsak
<b>5 gr</b>	zencefil
<b>200 gr</b>	beyaz lahana
<b>0,3</b>	taze yeşil soğan
<b>1 tutam</b>	tuz
<b>100 gr</b>	tavukgöğsü
<b>1 tutam</b>	kara biber
<b>50 gr</b>	mürekkep balığı
<b>50 gr</b>	temizlenmiş karides
<b>50 gr</b>	somon
<b>0,5 tatlı kaşığı</b>	Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
<b>24 parça / tane</b>	Gyoza bohçaları için adet gyoza yufkası
<b>0,3 tatlı kaşığı</b>	susam yağı
<b>2 yemek kaşığı</b>	bitkisel yağ
<b>Dip sos için:</b>	
<b>50 ml</b>	Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
<b>2</b>	sirke
<b>0,5 tatlı kaşığı</b>	susam yağı
	Çili macunu
	Japonlarımız Japon tapas olarak tasarlanmıştır. Her bir malzemenin miktarını iki katına çıkartın ve ana yemek olarak parmak yiyeceğine servis yapabilirsiniz.

## HAZIRLANIŞ

### Adım 1

Sarımsak, zencefil ve lahana çok ince doğranır. Üzerine tuz serpilir ve fazla suyu bir pamuklu bez yardımıyla sıkılır. Tavuk göğsü 4 mm'ye kadar kıyılır ve ilave edilir, iyice karıştırılır.

### Adım 2

Mürekkep balığı soyulur, karides ve somon temizlenir ve irice doğranır. Bir kabın içine alınır ve Kikkoman doğal fermente soya sosu ile karıştırılır.

### Adım 3

10-15 dakika buzdolabında marine edilir. Daha sonra deniz mahsulleri, tavuk ve lahana ile karıştırılır.

### Adım 4

Karışımdan bir yemek kaşığı, Gyoza yufkasının üzerine boylamasına yerleştirilir ve kapalı bir silindir şekli verilir. Rulonun kapatma uçlarına önceden su sürülürse daha iyi tutar.

### Adım 5

Rulolar, tavada yağda çıtır çıtır olup altın sarısı renk alana kadar kızartılır. Dip sos ve tercihe bağlı taptaze salata ile sıcak olarak servis edilir.