

Fıstık ezmeli tır tavuk butları

toplam süre **60 dak.** 15 dak. hazırlık süresi **45 dak.** pişme süresi

MALZEMELER

2 porsiyon

4	adet tavuk budu (toplam 500–600 gr; kemikli veya kemiksiz)
4 yemek kaşığı	bitkisel yağ
75 gr	kıtır fıstık ezmesi
6 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Kavrulmuş Susamlı Teriyaki Wok Sosu</u>
4 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Panko - Japon Usulü tır Ekmek Kırıntısı</u>
2	adet kırmızı soğan
1	adet küçük kırmızı biber
1	adet küçük sarı biber
250 gr	brokoli ieđi

HAZIRLANIŞ

Adım 1

4 adet tavuk budu (toplam 500–600 gr; kemikli veya kemiksiz) - **2 yemek kaşığı** bitkisel yağ Tavuk butlarını wok'ta biraz yağ ile, derisi alta gelecek şekilde orta ateşte 20 dakika kızartın. evirin ve 5 dakika daha pişirin.

Adım 2

75 gr kıtır fıstık ezmesi - **6 yemek kaşığı** Kikkoman Kavrulmuş Susamlı Teriyaki Wok Sosu **4 yemek kaşığı** Kikkoman Panko - Japon Usulü tır Ekmek Kırıntısı

Fırını 220°C (fanlı ızgara) ayarında ısıtın. Fıstık ezmesini Kikkoman Teriyaki Sauce with Toasted Sesame ile karıştırın. Tavukları fırın kabına alın, karışımla fırçalayın ve üzerine Kikkoman Panko serpin. Wok'taki yağ ı Panko'nun üzerine gezdirin.

Adım 3

2 adet kırmızı soğan - **1** adet küçük kırmızı biber - **1** adet küçük sarı biber Soğanları soyun ve kök kısmı parçaları bir arada tutacak şekilde dilimleyin. Kırmızı biberi 3 cm'lik parçalara kesin. Sarı biberi de aynı şekilde kesin.

Adım 4

2 yemek kaşığı bitkisel yağ - **250 gr** brokoli çiçeği - **4 yemek kaşığı** Kikkoman Kavrulmuş Susamlı Teriyaki Wok Sosu

Wok'a 2 yemek kaşığı bitkisel yağ ekleyin. Soğan ve biberleri 5 dakika orta ateşte soteleyin. Brokoliyi ekleyin, 5 dakika daha pişirin. Kısa bir süre Kikkoman Teriyaki Sauce with Toasted Sesame ile kaplayarak tamamlayın.

Adım 5

Sebzeler pişerken tavukları fırının üstten ikinci rafına yerleştirin ve 4-6 dakika kadar, altın rengi olana kadar pişirin. Yakından takip edin; Panko altın rengine döner dönmez hızlıca kararabilir. Tavukları sebzelerle birlikte servis edin.