KIKKOMAN

Gevrek Tatlı Su Çipurası ve Kuşkonmazlı Limonlu Risotto

toplam süre **90 dak.** **10 dak.** hazırlık süresi **20 dak.** pişme süresi **60 dak.** marine süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
2.560 kJ / 611,5 kcal

Yağ: **29,5 gr** Protein: **22,8 gr**
Karbonhidrat: **53,3 gr**

MALZEMELER

2 porsiyon

160 gr	kılçıksız tatlı su çipurası (tilapia) filetosu (veya başka bir beyaz etli balık)
4 yemek kaşığı	Kikkoman Ponzu Limonlu
3,5 yemek kaşığı	zeytinyağı
1 tutam	granül sarımsak
500 ml	sebze suyu
250 ml	su
50 gr	soğan
125 ml	kuru beyaz şarap (ör. Vinho verde)
100 gr	arborio pirinci (risotto pirinci)
	Yarım limonun rendelenmiş kabuğu
1 tatlı kaşığı	limon suyu
1 yemek kaşığı	rendelenmiş parmesan
50 gr	krem peynir
250 gr	taze kuşkonmaz
1 tatlı kaşığı	tereyağı

HAZIRLANIŞ

Adım 1

Balığı 4 parçaya ayırın. Bir kasenin içine aldığınız balık parçalarına 3 yemek kaşığı Kikkoman Ponzu Limonlu ve ½-1 yemek kaşığı zeytinyağı dökün, ardından granül sarımsak serpip iyice karıştırın. Ardından balığı 1 saat kadar buzdolabında bekletin.

Adım 2

Sebze suyunu ve suyu küçük bir tencerede haşlayın. Ardından altını kısıp kısık ateşte bırakın.

Adım 3

Soğanı ince ince kıyın. Kuşkonmazları yıkayın, sonrasında ikiye kırın ve kalın saplarını atın. Kalan kısmın uçlarını kestikten sonra sapını da dilimleyin.

Adım 4

4 yemek kaşığı zeytinyağını bir kızartma tavasında ısıtın ve soğanları zeytinyağında kavurun. Sonrasında pirinci de ekleyin ve pirinçler hafif şeffaflaşana kadar kavurmaya devam edin. Şarabı ekleyin. Şarap buharlaştıktan sonra ufak bir kepçe sıcak sebze suyu ve 1-2 yemek kaşığı Kikkoman Ponzu Limonlu ekleyin. Sebze suyu da buharlaştıkça bir kepçe daha sebze suyu dökün. Sebze suyu bitene kadar bu işleme devam edin. Pişirmeyi bitirmeden 2 dakika önce kuşkonmazların doğranmış kısmını, rendelenmiş limon kabuğunu, limon suyunu, parmesan peynirini ve krem peyniri ekleyin.

Adım 5

Bir yandan da 1 yemek kaşığı zeytinyağını başka bir tavada ısıtın ve ısıttığınız yağda marine olmuş balıkların her iki tarafını kızartın.

Adım 6

Başka bir tavada tereyağını ısıtın ve kuşkonmazların uç kısımlarını kızartın. 2 dakika sonra 1-2 yemek kaşığı Kikkoman Ponzu Limonlu ekleyin ve birazcık daha kızartmaya devam edin.

Adım 7

Risottoyu tabaklara aldıktan sonra kızarmış balık ve kuşkonmaz tomurcukları ile süsleyerek servis edin. Afiyet olsun.