KIKKOMAN

İştah açan tofu burger keyfi

toplam süre **25 dak.** **15 dak.** hazırlık süresi **10 dak.** pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
2.932 kJ / 701 kcal

Yağ: **33,5 gr** Protein: **26 gr**
Karbonhidrat: **74 gr**

MALZEMELER

2 porsiyon

120 gr	kültür mantarı
0,5	limon (limon suyu için)
1 yemek kaşığı	zeytinyağı
180 gr	tütsülenmiş tofu
1 yemek kaşığı	patates nişantası
2 yemek kaşığı	Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağı
2 yemek kaşığı	Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
2 yemek kaşığı	bal

Sosu için:

1 yemek kaşığı	Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
2 yemek kaşığı	acılı ketçap
1 tatlı kaşığı	mayonez
2 yemek kaşığı	doğranmış maydonoz
1 tatlı kaşığı	doğranmış kırmızı acı biber

Ek olarak:

2	adet yulaf rolosu
20 gr	roka salatası
1	domates

HAZIRLANIŞ

Adım 1

120 gr kültür mantarı - **0,5** limon (limon suyu için) - **1 yemek kaşığı** zeytinyağı
Kültür mantarlarını dilimlerin, üzerlerine limon suyu sürün ve zeytinyağında kızartın.

Adım 2

180 gr tütsülenmiş tofu - **1 yemek kaşığı** patates nişantası - **2 yemek kaşığı** Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağı - **2 yemek kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu - **2 yemek kaşığı** bal
Tofuyu uzunlamasına ikiye bölün, patates nişastasına bulayın ve Kikkoman Sesame Oil'de altın rengi oluncaya kadar kızartın. Kikkoman Soy Sauce'u balla birlikte başka bir tavada ısıtın ve kızarttığınız tofuyu burada karamelize edin.

Adım 3

Ek olarak:

1 yemek kaşığı Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu - **2 yemek kaşığı** acılı ketçap - **1 tatlı kaşığı** mayonez - **2 yemek kaşığı** doğranmış maydonoz - **1 tatlı kaşığı** doğranmış kırmızı acı biber - **2** adet yulaf rolosu - **20 gr** roka salatası - **1** domates
Sos için malzemeleri karıştırın. Yulaf rulolarını tamamen açın ve alt kısımlarına roka salatası, 2 dilim domates ve kızarmış tofuyu dizin. Hazırlamış olduğunuz sosu tofunun üzerine yayın ve ruloların üst yarısını bu sosla kaplayın.