

Japon usulü Kızarmış Makarna

toplam süre **30 dak.** 30 dak. hazırlık süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
1564 kJ / 373 kcal

Yağ: **10,7 gr** Protein: **22,3 gr**
Karbonhidrat: **46,5 gr**

MALZEMELER

4 porsiyon

40 ml	tavuk suyu
7 yemek kaşığı	Kikkoman Kızartma Sosu
2	nori yaprağı
160 gr	tavuk göğsü
1 yemek kaşığı	Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
120 gr	karides
60 gr	Shiitake mantarı
100 gr	sivri lahana
80 gr	havuç
2	taze yeşil soğan
200 gr	kurutulmuş Tagliatelle
30 ml	sıvıyağ
2	damla susam yağı

HAZIRLANIŞ

Adım 1

Tavuk suyu ve Wok Sauce, bir kaptaki karıştırılır. Nori yaprakları, 5 cm uzun şeritlere doğranır. Tavuk göğsü, ince ince dilimlenip biraz doğal fermente soya sosuyla baharatlandırılır. Karidesler lokma büyüklüğünde doğranır. Shiitake mantarları, ince dilimlere doğranır. Sivri lahana, yaklaşık 2 x 4 cm büyük parçalara doğranır. Havuçlar ortadan ikiye bölünür ve 2 – 3 mm ince eğiş dilimlere doğranır. Yeşil soğan da aynı şekilde 5 mm ince eğiş şeritler halinde doğranır.

Adım 2

Makarna, pakette yazılı şekilde haşlandıktan sonra (tuz ilave edilmez) suyu güzelce süzülür. Aynı zamanda Wok tavada yağ kızdırılıp tavuk eti, karidesler ve sebzeler arka arkaya ilave edilerek kızartılır. Haşlanmış makarna da ilave edildikten sonra kızartmaya devam edilir. Wok Sauce karışımı ve susam yağı da tavaya alınarak yüksek ateşte tava sallanarak karıştırılır. Kızarmış makarna, tabaklara alınıp üzerine nori yaprak şeritleri serpilir.