

Krem peynirli ve milföylü kuşkonmaz

toplam süre **30 dak.** 10 dak. hazırlık süresi 20 dak. pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
3.945 kJ / 945 kcal

Yağ: **68 gr** Protein: **18,5 gr**
Karbonhidrat: **69 gr**

MALZEMELER

2 porsiyon

1 demet	yeşil kuşkonmaz
1 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağı</u>
2 yemek kaşığı	beyaz susam
200 gr	milföy hamuru
130 gr	sade krem peynir
4 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Ballı ve İsli Teriyaki Barbekü Sosu</u>
1 yemek kaşığı	çörek otu
1	adet yumurta

HAZIRLANIŞ

Adım 1

1 demet yeşil kuşkonmaz - **1 yemek kaşığı** Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağı - **2 yemek kaşığı** beyaz susam
Kuşkonmazları yıkayın ve odunsu uç kısımlarını (yaklaşık 2-3 cm kadar) kırın veya kesin. Saplar kalınsa alt kısımlarını hafifçe soyun. Kurulayın, Kikkoman Sesame Oil sürün ve ardından beyaz susama bulayın.

Adım 2

200 gr milföy hamuru - **130 gr** sade krem peynir - **2 yemek kaşığı** Kikkoman Ballı ve İsli Teriyaki Barbekü Sosu
Taze peyniri Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce with Honey & Smoky Taste ile karıştırın ve milföy hamuru tabakasının üzerine yayın. Hamuru 4 uzun şerit halinde kesin ve her şeridi birkaç kuşkonmaz sapının etrafına sarın.

Adım 3

1 yemek kaşığı çörek otu - **1** adet yumurta - **2 yemek kaşığı** Kikkoman Ballı ve İsli Teriyaki Barbekü Sosu
Sarılmış kuşkonmazları üzerine pişirme kâğıdı serilmiş bir fırın tepsisine yerleştirin. Üzerine çırpılmış yumurta sürün ve çörek otu serpin. 200 °C fırında 20 dakika pişirin. Kikkoman Teriyaki BBQ Sauce with Honey & Smoky Taste ile servis yapın.