KIKKOMAN

Sebzeli, karidesli ve yerfıstığı soslu yaz böreği

toplam süre **20 dak.** **15 dak.** hazırlık süresi **5 dak.** pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
1.532 kJ / 366 kcal

Yağ: **18,5 gr** Protein: **18 gr**
Karbonhidrat: **30 gr**

MALZEMELER

2 porsiyon

4	marul yaprağı
0,5	havuç
0,25	sarı biber
0,13	mor lahana
150 gr	karides
1 yemek kaşığı	tereyağ
1	diş sarmısak
0,25	kırmızı acı biber
2 yemek kaşığı	Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
4	pirinç yufkası
2 yemek kaşığı	fıstık ezmesi
1 yemek kaşığı	Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağı
1 yemek kaşığı	yeşil limon suyu
1 yemek kaşığı	bal
4 yemek kaşığı	su

HAZIRLANIŞ

Adım 1

4 marul yaprağı - **0,5** havuç - **0,25** sarı biber - **0,13** mor lahana
Sebzeleri yıkayın. Havucu ve biberi çok ince şeritler halinde kesin.

Adım 2

150 gr karides - **1 yemek kaşığı** tereyağ - **1** diş sarmısak - **0,25** kırmızı acı biber - **1 yemek kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu
Karidesleri yıkayın. Tereyağı tavada eritin. Karidesleri içine atın ve bir dakika kadar kızartın. Ardından ezdiğiniz sarmısakları, doğranmış kırmızı biberi ve Kikkoman Soy Sauce'u ekleyin. 3-4 dakika kızartın ve soğuması için bir kenara alın.

Adım 3

4 pirinç yufkası
Pirinç kağıdını ılık suda ıslatın. İçine sebzeleri doldurun ve sarın. Tamamen sarmadan önce karidesleri ekleyin ve ardından kapatın.

Adım 4

2 yemek kaşığı fıstık ezmesi - **1 yemek kaşığı** Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağı - **1 yemek kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu - **1 yemek kaşığı** yeşil limon suyu - **1 yemek kaşığı** bal - **4 yemek kaşığı** su
Tüm malzemeleri bir kapta homojen hale gelene kadar iyice karıştırın. Yaz böreklerini yerfıstığı sosuyla servis edin.