

Tamago Sushi

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

Besin değerleri (porsiyon başı):
401 kJ / 96 kcal

Yağ: **5,7 gr** Protein: **5,4 gr**
Karbonhidrat: **5,7 gr**

MALZEMELER

5 porsiyon

3 yumurta
15 gr şeker
1 tatlı kaşığı Kikkoman Doğal Olarak
Fermente Soya Sosu
30 gr su
Veya pirinç için Kikkoman sosu
3 yumurta
1 tatlı kaşığı Kikkoman Pirinç İçin Soya
Sosu
5 gr şeker
20 gr su
Tavada kızartmak için
biraz sıvı yağ
25 gr pişmiş suşi pirinci*
Servis için:
Roka
Kikkoman Doğal Olarak
Fermente Soya Sosu

HAZIRLANIŞ

Adım 1

Yumurtaları şeker, Kikkoman soya sosu ve su ile çırpın.

Adım 2

Hafifçe yağlanmış bir tavaya 1/3 oranında dökün ve bir tarafı pembeleşinceye kadar hafifçe kızartın.

Adım 3

Sağ ve sol tarafları ortaya doğru katlayın, ardından üst tarafı yarıya kadar çevirin ve ardından rulo şekli oluşturmak için tekrar çevirin

Adım 4

Ruloyu tepsinin kenarına doğru itin ve yumurtanın ikinci kısmını tepsiye dökün.

Adım 5

Daha önce olduğu gibi bir tarafı pembeleşinceye kadar kızartın, ardından ruloyu omletin üstüne yerleştirin ve fazladan bir katman eklemek için rulonun etrafına doğru katlayın.

Adım 6

Aynı işlemi üçüncü yumurta ile tekrarlayın.

Adım 7

Pişen ruloyu mutfak kağıdına yerleştirin ve suşi

matı yardımıyla şekillendirin; soğumaya bırakın ve matın içinden çıkarın.

Adım 8

Rulonun uçlarını ince ince dilimleyin ve kalan ruloyu 5 parçaya bölün.

Adım 9

Her parçanın tepesinde küçük bir cep (1/2 cm derinliğinde) kesin ve her cebi 5 g suşi pirinci ile doldurun.

Adım 10

Tamagoyu roka yapraklarıyla bir tabağa koyun ve Kikkoman soya sosuyla servis edin.