

Tatlı Soya Soslu, Kızarmış Ahtapot

toplam süre **30 dak.**

Besin değerleri (porsiyon başı):
1727 kJ / 412 kcal

Yağ: **18,8 gr** Protein: **26,1 gr**
Karbonhidrat: **30,2 gr**

MALZEMELER

4 porsiyon

0,33 demet frenk soğanı
600 gr ahtapot
patates unu
kızartmak için yağ

tatlı soya sos için:

200 ml Konbu suyu
100 ml Mirin
7 yemek kaşığı Kikkoman Doğal Olarak
Fermente Soya Sosu
2 yemek kaşığı şeker
10 gr patates unu
30 ml su

HAZIRLANIŞ

Adım 1

Tatlı soya sos için Konbu suyu, Mirin, doğal fermente soya sosu ve şeker bir tencerede kaynatılır. Patates unuyla su karıştırılarak patates unlu su elde edilir. Sos, bu unlu suyla koyulaştırılır.

Adım 2

Frenk soğanı ince halkalara doğranır. Ahtapot temizlenip üst kısmı 7-8 mm kalın halkalara doğranır. Ahtapot kolları, yaklaşık 4cm uzun parçalara doğranır. Ahtapot parçalarının üzerine patates unu serpilir ve 170 °C kızgın yağda kızartılır. Kızarmış ahtapot, tabağa alınır, üzerine tatlı soya sos gezdirilir. Frenk soğanı halkalarıyla süslenir.