KIKKOMAN

Knusprige Frühlingsrollen mit Meeresfrüchte-Füllung

Nährwertangaben (pro Portion):
1370 kJ / 327 kcal

Fett: **9,5 g** Eiweiß: **18 g**
Kohlenhydrate: **42,4 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

1	Knoblauchzehe
5 g	Ingwer
200 g	Weißkraut
0,3	Frühlingszwiebel
1 Prise	Salz
100 g	Hühnerbrust
1 Prise	Pfeffer
50 g	Tintenfisch
50 g	geputzte Garnelen
50 g	Lachs
0,5 TL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
24 Stück	Teigfladen für Gyoza-Taschen
0,3 TL	Sesamöl
2 EL	Pflanzenöl
Für die Dipsauce:	
50 ml	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
2	Essig
0,5 TL	Sesamöl
	Chili-Paste
	Unsere Japas sind als Tapas japanischer Art konzipiert. Verdoppeln Sie einfach die Menge jeder Zutat und Sie können das Fingerfood als Hauptgericht servieren.

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Den Knoblauch, Ingwer und Weißkraut sehr fein hacken. Mit Salz bestreuen und das überschüssige Wasser mittels eines Baumwolltuches herauspressen. Die Hühnerbrust auf 4 mm faschieren und dazugeben, gut durchmischen.

Schritt 2

Den Tintenfisch abziehen, Garnelen und Lachs reinigen und grob hacken. In eine Schüssel geben und mit Kikkoman natürlich gebrauter Sojasauce mischen.

Schritt 3

Das Ganze 10-15 Minuten im Kühlschrank marinieren lassen. Dann die Meeresfrüchte mit dem Hühnchen und dem Weißkraut mischen.

Schritt 4

Jeweils einen Esslöffel Füllung längs auf ein Gyoza-Blatt platzieren und einen geschlossenen Zylinder formen. Die Rolle hält besser, wenn die Verschlussenden vorher mit Wasser bestrichen werden.

Schritt 5

Die Rollen in einer Pfanne in der Ölmischung knusprig und goldgelb frittieren. Heiß, mit der Dipsauce und einem knackigen Salat nach Wahl servieren.