

# Mini-Pancakes mit Garnelen

Nährwertangaben (pro Portion):  
**538 kJ / 129 kcal**

Fett: **9 g** Eiweiß: **7,5 g**  
Kohlenhydrate: **4,2 g**

## ZUTATEN

**4 Portion(en)**

- 1** Nori-Blatt (getrocknetes Seegras)
- 200 g** Garnelen (White Tiger, gefroren oder frisch)
- 40 g** Zwiebeln
- 1 Prise** Kartoffelstärke oder Maismehl
- pflanzliches Fett zum Frittieren
- Kikkoman Teriyaki BBQ-Sauce mit Honig
- 1 Prise** Mayonnaise
- Shichimi (7-Gewürze-Pulver) oder Chili

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

Das Nori-Blatt in die Größe 6x4 cm schneiden. Die Garnelen schälen und den Darm entfernen. In grobe Stücke schneiden und zu einem Teig aus Garnelenfleisch mixen.

### Schritt 2

Die geputzten Zwiebeln fein hacken und mit Stärke bestreuen. Die Zwiebeln in eine Schüssel geben, den Garnelenfleisch-Teig hinzufügen, gut vermengen. Daraus kleine Pancake-Stücke formen (ca. 20 g). Jeden Cake in ein Nori-Blatt wickeln. Dieses in Stärke panieren und bei 170 °C frittieren.

### Schritt 3

Mit Kikkoman Teriyaki Barbecuesauce mit Honig, Mayonnaise und Shichimi garnieren und heiß servieren.