KIKKOMAN

Pikante panierte Garnelen-Spieße mit cremigem Edamame-Dip

Gesamtzeit **30 Min.** **10 Min.** Vorbereitungszeit **20 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2.438 kJ / 583 kcal

Fett: **28,9 g** Eiweiß: **26,9 g**
Kohlenhydrate: **50,3 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

200 g	TK-Edamame (alternativ TK-Erbsen)
	Salz
	Einige Korianderblättchen
2 EL	Crème fraîche
1 TL	Limettensaft
5,5 TL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
	Pfeffer aus der Mühle
1	Ei
0,5 TL	Chiliflocken
20 g	Speisestärke (ca. 2 EL)
30 g	Mehl (ca. 2-3 EL)
0,5 TL	(Weinstein-) Backpulver
12	küchenfertige große Garnelen (alternativ: Lachsfilet)
50 g	Kikkoman Panko - Knuspriges Paniermehl nach japanischer Art
2 EL	Sonnenblumenöl
6	Lorbeerblätter
	Außerdem: Fingerfoodspieße

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Die Edamame garen, abgießen, etwas abkühlen lassen, mit dem Koriander, der Crème fraîche, dem Limettensaft und 3-4 TL Sojasauce pürieren und mit Pfeffer würzen.

Schritt 2

Das Ei mit dem Chili und 2 TL Sojasauce verquirlen.

Schritt 3

Die Speisestärke, das Mehl und das Backpulver vermengen. Die Garnelen erst in der Mehl-Backpulver-Mischung, dann in dem Ei, anschließend in dem Panko-Paniermehl wenden und in dem erhitzten Öl ca. 5 Minuten knusprig braten.

Schritt 4

Je 2 Garnelen und 1 Lorbeerblatt auf die Spieße reihen und mit dem Edamame-Dip servieren.