KIKKOMAN

Thunfisch-Empanadas mit getrockneten Tomaten

Gesamtzeit **50 Min.** **25 Min.** Vorbereitungszeit **25 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
3.072 kJ / 854 kcal

Fett: **31,8 g** Eiweiß: **42,2 g**
Kohlenhydrate: **106,5 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

Für die Füllung:

280 g	Thunfisch in Olivenöl
320 g	rote Bohnen aus der Dose
240 g	sonnengetrocknete Tomaten in Öl
4 EL	gehackte Petersilie
4 EL	Kikkoman scharfe Chilisauce für Kimchi

Für den Teig:

350 g	helles Dinkelmehl
120 ml	warmes Wasser
60 g	weiche Butter
1	Ei
2 EL	schwarzer Sesam

Für den Dip:

4 EL	Kikkoman scharfe Chilisauce für Kimchi
2 EL	Mayonnaise
1 TL	Agavensirup

ZUBEREITUNG

Schritt 1

280 g Thunfisch in Olivenöl - **320 g** rote Bohnen aus der Dose - **240 g** sonnengetrocknete Tomaten in Öl - **4 EL** gehackte Petersilie - **4 EL** Kikkoman scharfe Chilisauce für Kimchi
Thunfisch abtropfen lassen und mit Bohnen und sonnengetrockneten Tomaten zu einer leicht stückigen Paste vermengen. Petersilie und Kikkoman Chilisauce Kimchi untermischen.

Schritt 2

350 g helles Dinkelmehl - **120 ml** warmes Wasser - **60 g** weiche Butter
Mehl, Butter und Wasser zu einem glatten Teig verkneten. Ausrollen und Kreise mit einem Durchmesser von ca. 5 cm ausstechen. Den Backofen auf 180 °C vorheizen.

Schritt 3

1 EL Füllung auf jeden Kreis geben, zusammenklappen und die Ränder festdrücken.

Schritt 4

1 Ei - **2 EL** schwarzer Sesam
Die Empanadas auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech anordnen, mit verquirltem Ei bestreichen und mit Sesam bestreuen. Ca. 25 Minuten backen.

Schritt 5

4 EL Kikkoman scharfe Chilisauce für Kimchi - **2 EL** Mayonnaise - **1 TL** Agavensirup
Mayonnaise mit 2 EL Kikkoman Chilisauce Kimchi und Agavensirup vermischen. Empanadas warm

oder kalt servieren, dazu Kikkoman Chilisauce Kimchi und die Kimchi-Mayonnaise reichen.