KIKKOMAN

Färska vårrullar med teriyaki-aubergine

Total tid **30 Min.** **20 Min.** Tid för förberedelse **10 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
1.675 kJ / 400 kcal

Fett: **14,3 g** Protein: **10,7 g**
Kolhydrater: **54,2 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

Till teriyaki-auberginen:

1	stor aubergine
3 msk	vegetabilisk olja
100 ml	Kikkoman Teriyaki marinad
1 msk	ljus sirap (alternativt: agavesirap)
1 msk	sesamolja

Till fyllningen:

1	röd paprika
1	stor morot
0,5	slanggurka
1	huvud gemsallat (hjärtsallat)
1 knippe	färsk mynta
12 st	rispapper
150 g	kokta risnudlar

Till såsen:

1	vitlöksklyfta
100 ml	Kikkoman Teriyaki marinad
2 tsk	sesamfrön
3 msk	limesaft
1 msk	ljus sirap (alternativt: agavesirap)
1 msk	salladslöksringar

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Till teriyaki-auberginen: Ansa, skölj och tärna auberginen (ca 1 x 1 cm). Hetta upp den vegetabiliska oljan i en stekpanna på hög värme, bryn auberginen hastigt runtom och ta upp den ur pannan. Sätt ned värmen och häll ned Teriyakimarinad, sirap och sesamolja i stekskyn. Låt koka upp, tillsätt auberginen och låt det småkoka i 3–4 minuter. Droppa då ofta skysås över auberginen.

Steg 2

Till fyllningen: Halvera, ansa och skölj paprikan, ansa och skala moroten, ansa och skölj slanggurkan. Ansa och strimla grönsakerna mycket fint. Ansa, skölj och slunga gemsallaten och myntan torra.

Steg 3

Doppa rispappret helt kort i varmt vatten och lägg den på en fuktig duk. Lägg på varje rispapper 1 sallatsblad, risnudlar, teriyaki-aubergine, grönsaksstrimlor och mynta. Rulla försiktigt ihop rispappret och halvera rullarna.

Steg 4

Till såsen: Skala och pressa vitlöken och rör ihop den med teriyakimarinaden, sesamfröna, limesaften, sirapen och salladslöken. Servera de färska vårrullarna med såsen.