

Ingefära-kyckling-arancini

Total tid **40 Min.** **40 Min.** Tid för förberedelse

Näringsinnehåll (per portion):
1.636 kJ / 391 kcal

Fett: **16,1 g** Protein: **9,8 g**
Kolhydrater: **50,8 g**

INGREDIENSER

6 Portioner

200 g sushiris
1 liter vegetabilisk olja
2 kycklinglårfiléer,
finhackade
1 msk färsk ingefära, riven
1 salladslök, finhackad
1,5 msk Kikkoman naturligt
bryggd sojasås
0,5 msk farinsocker
Till glasyren:
75 g vetemjöl
2 mellanstora ägg,
lättvispade
100 g Kikkoman Panko -
krispigt ströbröd i
japansk stil
Till dippsåsen:
4 msk Kikkoman naturligt
bryggd sojasås
2 salladslökar, finskurna,
till serveringen
1 tsk ingefära, finhackad
2 msk risvinäger
1 tsk chiliflingor, efter tycke

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Koka sushiriset enligt anvisningarna på förpackningen, fördela riset i ett tunt skikt på en stor tallrik och låt svalna.

Steg 2

Hetta upp 1 tesked olja i en belagd stekpanna och stek kycklingköttet färdigt på medelhög värme i ca 5–10 minuter. Tillsätt ingefäran, löken, sojasåsen och sockret. Sätt ned värmen och låt småkoka i ett par minuter tills kycklingen är glaserad. Låt svalna.

Steg 3

Ta upp en liten näve ris med fuktiga händer (förhindra att riset klibbar vid dina händer) och tryck riset platt i handflatan. Lägg en 1/2 tesked kycklingblandning i mitten och stäng handen så att riset lägger sig runt om fyllningen. Stäng till öppningen försiktigt och forma till en boll. Om riset är svårt att forma, ta lite mer ris och tryck ihop det så att det inte faller isär. Skölj händerna ofta för att bli av med stärkelsen som gör att riset klibbar vid händerna.

Steg 4

Lägg risbollarna på en oljad bakplåt eller en platt tallrik klädd med plastfolie. Fortsätt att fylla resten av riset med fyllningen och forma till bollar. Mängden räcker till ca 18–20 risbollar så stora som tennisbollar. Ställ kallt i minst 30 minuter tills de kan friteras.

Steg 5

Fyll en kastrull maximalt till hälften med olja och hetta upp tills fritertermometern visar 180 °C eller tills en bit bröd blir brunt i oljan på 30 sekunder.

Steg 6

Lägg mjölet, äggen, och pankoströbrödet i vardera en grund skål eller djup tallrik. Strö mjöl över risbollarna, doppa dem i äggen och panera sedan med ströbrödet.

Steg 7

Lägg försiktigt ned bollarna (ungefär 5 styck åt gången) i oljan och friter dem guldbruna i 5–6 minuter. Låt dem rinna av på kökspapper medan du friterar de andra risbollarna.

Steg 8

Blanda ingredienserna till dippsåsen och servera till arancini. Strö över finskurna salladslökar efter behag.