KIKKOMAN

Kryddiga grillade majskolvar/Elotes

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

Näringsinnehåll (per portion):
1.392 kJ / 331 kcal

Fett: **21,7 g** Protein: **9,1 g**
Kolhydrater: **23,7 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

2	majskolvar
3 msk	Kikkoman Teriyaki marinad
2 msk	majonnäs
30 g	riven hårdost (t ex parmesan)
0,5 tsk	torkad oregano
0,5 tsk	spiskummin
0,5 tsk	chipotlepulver/chilipulver

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Koka upp en kastrull med vatten. Dra av majsskalet och förkoka majskolven i 5 minuter och låt rinna av.

Steg 2

Pensla majsen med 1-2 msk teriyakimarinad och låt den marinera medan du värmer upp grillen eller stekpannan. Grilla/Stek i några minuter tills det får några kolmärken.

Steg 3

Blanda majonnäs med 1 msk teriyakimarinad och pensla på majsen. Strö över riven ost och kryddor. Du kan tillsätta ytterligare örter som persilja eller koriander.