

# Kyckling teriyaki köttbullar

Total tid **30 Min.** 15 Min. Tid för förberedelse **15 Min.** Tillagningstid

## INGREDIENSER

2 Portioner

- 0,5 knippe** perilla (röd eller grön, alternativt: shiso krasse)
- 1,5** lime
- 400 g** kycklingfilé
- 2** vitlöksklyftor, hackade
- 2 msk** hackad ingefära
- 2 msk** rapsolja
- 125 ml** Kikkoman Teriyaki woksås med rostad vitlök
- 350 g** kokt japanskt fullkornsrís eller brunt ris (genmai)

## FÖRBEREDELSE

### Steg 1

**0,5 knippe** perilla (röd eller grön, alternativt: shiso-krasse) - **1,5** lime - **400 g** kycklingfilé  
Plocka av örtbladen och hacka hälften av dem. Riv 2 tsk limeskal, pressa saften från en lime och skär den återstående hälften i klyftor. Skiva kycklingbröstit i tunna strimlor, tärna sedan i små tärningar och hacka ännu finare.

### Steg 2

**2** vitlöksklyftor, hackade - **2 msk** ingefära, hackad  
Knåda kycklingbröstit med limeskal, örter, vitlök och ingefära. Forma till valnötsstora bollar med våta händer.

### Steg 3

**2 msk** rapsolja - **125 ml** Kikkoman Teriyaki woksås med rostad vitlök

Stek köttbullarna i en wokpanna med rapsolja på medelvärme tills de är gyllenbruna på alla sidor, cirka 6 minuter totalt. Sänk värmen till lägsta möjliga nivå, tillsätt Kikkoman Teriyakisås med vitlök och limesaften, täck över och låt sjuda försiktigt i ytterligare 6 minuter.

### Steg 4

**350 g** kokt japanskt fullkornsrís eller brunt ris (genmai)

Värm riset och fördela det i skålar. Lägg köttbullarna, såsen och limeklyftorna på riset och garnera med resterande örter.