

Soja-chili-karamell-kycklingvingar

Total tid **50 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse **40 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
1217 kJ / 291 kcal

Fett: **15,1 g** Protein: **24,4 g**
Kolhydrater: **14,2 g**

INGREDIENSE

R

6 Portioner

1 kg	kycklingvingar
4 msk	farinsocker
2 msk	risvinäger
6 msk	Kikkoman naturligt bryggd sojasås
2	röda chilifrukt, finhackade, plus lite mer att arrangera med
1 msk	sesamfrön
2	citroner, halverade och bräserade till serveringen

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Sätt ugnen på 220 °C / varmluft: 180 °C / gasugn: steg 7. Lägg kycklingvingarna på en grund bakplåt och stek dem i 20 minuter i ugnen.

Steg 2

Blanda resten av ingredienserna till en sås. Ta ut kycklingvingarna ur ugnen, håll såsen över och blanda väl tills kycklingvingarna är jämnt täckta med såsen. Stek i 15–20 minuter tills kycklingvingarna är klubbiga och färdiga. Vänd kycklingvingarna var femte minut så att sockret inte bränns vid och vingarna är jämnt täckta med såsen. Ta ut ur ugnen och lägg på ett serveringsfat, ta upp resten av såsen från bakplåten och pensla kycklingvingarnas ovansida med den. Låt svalna lite innan de serveras. Strö över lite chili. Droppa saften från de bräserade citronerna över kycklingvingarna och servera.