

Tempura-stekta kaneläpplen med matchasås

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

Näringsinnehåll (per portion):
2.675 kJ / 639 kcal

Fett: **37,4 g** Protein: **14 g**
Kolhydrater: **60,8 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

Smeten:

150 g tempuramjöl
150 ml kolsyrat vatten
40 ml Kikkoman naturligt bryggd sojasås

Sås:

100 g naturell yoghurt
100 g gräddfil
1 tsk matcha te
1 msk citronjuice
1 tsk vaniljessens
1 msk honung

Dessutom:

2 äpplen
1 tsk kanel
1 nypa kardemumma
300 ml frityrolja

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Smeten:

150 g tempuramjöl - **150 ml** kolsyrat vatten - **40 ml** Kikkoman naturligt bryggd sojasås
Blanda ingredienserna till smeten väl och ställ åt sidan.

Steg 2

100 g naturell yoghurt - **100 g** gräddfil - **1 tsk** matcha te - **1 msk** citronjuice - **1 tsk** vaniljessens - **1 msk** honung
Blanda ingredienserna till såsen noga.

Steg 3

2 äpplen - **1 tsk** kanel - **1 nypa** kardemumma - **300 ml** frityrolja
Skala äpplena, skär i 8 bitar och strö kryddorna över dem. Klä med den förberedda smeten och stek i het olja i 3-5 minuter tills de är gyllenbruna.