

Tofu-grönsakskroetter

INGREDIENSE

R

4 Portioner

400 g	tofu
30 g	morötter
2 st	shiitakesvampar
5 st	gröna bönor
1 tsk	salt
1 tsk	strösocker
1	ägg
1,5 msk	potatismjöl
	senap
	Kikkoman naturligt bryggd reducerat saltinnehåll sojasås

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Pressa ut överflödigt vätska ur tofun genom att lägga något tungt ovanpå. Finstrimla morötterna och de gröna börnorna i fina 3 cm långa strimlor och blanchera. Skär bort stjälkarna från shiitakesvamparna och finstrimla hattarna.

Steg 2

Mosa tofun fint till en jämn massa. Tillsätt och vänd ned väl saltet, strösockret, ägget och potatismjölet. Forma små bullar, tryck dem platta och stek i 170 °C. Vänd flera gånger och stek dem guldbruna på båda sidorna. Låt rinna av på kökspapper. Servera varma med Kikkoman Less salt sojasås med 43 % lägre salthalt och lagom stark senap.