KIKKOMAN

Empanadas med tun og soltørrede tomater

Samlet tid **50 min.** **25 min.** Arbejdstid **25 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:
3.072 kJ / 854 kcal

Fedt: **31,8 g** Protein: **42,2 g**
Kulhydrater: **106,5 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

Fyld:

280 g	tun i olivenolie
320 g	røde bønner på dåse
240 g	soltørrede tomater i olie
4 spsk.	hakket persille
4 spsk.	Kikkoman Krydret Chilisauce til Kimchi

Dej:

350 g	lyst speltmel
120 ml	lunkent vand
60 g	blødt smør
1	æg
2 spsk.	sorte sesamfrø

Dip:

4 spsk.	Kikkoman Krydret Chilisauce til Kimchi
2 spsk.	mayonnaise
1 tsk.	agavesirup

FREMGANGSMÅDE

Step 1

280 g tun i olivenolie - **320 g** røde bønner på dåse - **240 g** soltørrede tomater i olie - **4 spsk.** hakket persille - **4 spsk.** Kikkoman Krydret Chilisauce til Kimchi
Hæld væden fra tunen, og blend den med bønner og soltørrede tomater til en grov masse. Bland persille og Kikkoman kimchi chilisauce i.

Step 2

350 g lyst speltmel - **120 ml** lunkent vand - **60 g** blødt smør
Bland mel, smør og vand til en glat dej. Rul dejen ud, og skær den i cirkler på ca. 5 cm diameter. Forvarm ovnen til 180 °C.

Step 3

Læg en skefuld fyld på hver cirkel, fold og pres kanterne sammen for at lukke fyldet inde.

Step 4

1 æg - **2 spsk.** sorte sesamfrø
Læg de fyldte empanadas på en bageplade med bagepapir. Pensl dem med det sammenpiskede æg, og drys med sesamfrø. Bag dem ved 180 °C i 25 minutter.

Step 5

4 spsk. Kikkoman Krydret Chilisauce til Kimchi - **2 spsk.** mayonnaise - **1 tsk.** agavesirup
Bland mayonnaise med 2 spsk. Kikkoman kimchi chilisauce og agavesirup. Server dem varme eller kolde med lidt ekstra Kikkoman kimchi chilisauce og kimchi-mayo som tilbehør.