KIKKOMAN

Katsu ovnret med kål og sojaglace

Samlet tid **30 min.** **10 min.** Arbejdstid **20 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:
2.133,8 kJ / 510 kcal

Fedt: **33 g** Protein: **21 g**
Kulhydrater: **32 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

Fars:

250 g	hakket kød
250 g	kål, skåret i 1 cm tern
0,5	løg, skåret i 1 cm tern
6 spsk.	Kikkoman Panko - sprød rasp i japansk stil
2	æg
2 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
1 tsk.	peber

Skorpe:

90 g	Kikkoman Panko - sprød rasp i japansk stil
2 spsk.	fintrevet parmesanost
2 spsk.	olivenolie

Sauce:

3 spsk.	rødvin
3 spsk.	ketchup
2 spsk.	Worcestershire sauce
1 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
1 spsk.	sukker

FREMGANGSMÅDE

Step 1

250 g hakket kød - **250 g** kål, skåret i 1 cm tern - **0,5** løg, skåret i 1 cm tern - **6 spsk.** Kikkoman Panko - sprød rasp i japansk stil - **2** æg - **2 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **1 tsk.** peber
Bland alle ingredienserne i en skål, indtil kød og grøntsager er blandet godt sammen. Hæld blandingen i et ovnfast fad på cirka 18 x 10 cm.

Step 2

90 g Kikkoman Panko - sprød rasp i japansk stil - **2 spsk.** fintrevet parmesanost - **2 spsk.** olivenolie
Bland alle ingredienserne sammen og hæld dem i det ovnfaste fad, ovenpå blandingen fra step 1. Bag det hele ved 200 °C i 20 minutter.

Step 3

3 spsk. rødvin - **3 spsk.** ketchup - **2 spsk.** Worcestershire sauce - **1 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **1 spsk.** sukker
Mens retten er i ovnen, tilberedes saucen. Hæld ingredienserne i en lille gryde. Kog det hele op under konstant omrøring i cirka 5 minutter, indtil saucen begynder at tykne.

Server den færdigbagte ret sammen med saucen.