

Kroetter med tofu og grøntsager

INGREDIENSE

R

4 Portioner

400 g	tofu
30 g	gulerod
2 stk.	shiitake-svampe
5 stk.	grønne bønner
1 tsk.	salt
1 tsk.	sukker
1	æg
1,5 spsk.	kartoffelmel
	Sennep
	Kikkoman Naturligt
	Brygget Sojasauce Med
	Mindre Salt

FREMGANGSMÅDE

Step 1

Læg noget tungt ovenpå tofuen og lad den stå i 1-2 timer. Hæld væden fra.

Step 2

Skær gulerod og grønne bønner i små tynde stave og blancher dem. Fjern stilkene fra shiitake-svampene og skær dem i tynde skiver.

Step 3

Kør tofuen i en foodprocessor indtil den er glat, tilsæt salt, sukker, æg og kartoffelmel. Bland det hele godt. Tilsæt forkogte bønner og gulerod samt svampe og bland alle ingredienser godt. Hvis massen er for blød tilsættes lidt mere kartoffelmel. Form små kugler, tryk dem lidt flade og dybsteg dem ved moderat varme (170 °C) indtil gyldne. Læg dem på fedtsugende papir. Server kroetterne varme med sennep og Kikkoman naturligt brygget sojasauce med mindre salt.