KIKKOMAN

Pilaf-onigiri med smør og sojasauce

Samlet tid **60 min.** **5 min.** Arbejdstid **55 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:
1.569 kJ / 375 kcal

Fedt: **8,7 g** Protein: **9,5 g**
Kulhydrater: **64,8 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

60 g	løg
60 g	gulerod
30 g	grøn peberfrugt
40 g	majs på dåse
300 g	ris
320 ml	vand
10 g	granuleret grøntsagsbouillon
2 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
2	æg
1 tsk.	solsikkeolie
20 g	usaltet smør
1	noritang

FREMGANGSMÅDE

Step 1

60 g løg - **60 g** gulerod - **30 g** grøn peberfrugt - **40 g** majs på dåse
Skær løg, gulerod og grøn peberfrugt i tern på ca. 5 mm, og hæld væden fra majsen.

Step 2

300 g ris (ukogt) - **320 ml** vand - **10 g** granuleret grøntsagsbouillon - **1 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
Tilberedning af ris i en riskoger:
Vask risen 4-5 gange i en si. Hæld ris og 320 ml vand i riskogeren. Tilsæt grøntsagerne fra step 1, det granulerede grøntsagsbouillon og Kikkoman sojasauce, og rør det hele godt sammen. Tænd for riskogeren.

Tilberedning af ris i en gryde:
Vask risene grundigt i koldt vand, indtil vandet er klart. Hæld vandet fra, og hæld risen i en gryde med 320 ml vand. Lad risen stå i blød i 20 minutter. Tilsæt grøntsagerne fra step 1, grøntsagsbouillon-granulat og Kikkoman sojasauce, og rør det hele forsigtigt sammen. Tilbered risen under låg, indtil der kan ses damp på indersiden af låget. Skru ned for varmen, og kog risen i yderligere 20 minutter, indtil alt vand er absorberet. Behold låget på. Fjern gryden fra varmen, og lad risen hvile i 10 minutter.

Step 3

2 æg - **1 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **1 tsk.** solsikkeolie
Pisk æggene med Kikkoman sojasauce. Opvarm olie på en pande, og steg to tynde æggepandekager.

Step 4
20 g usaltet smør
Når risen er færdigtilberedt, røres det usaltede smør i, og risen køles af.

Step 5

Form den afkølede ris til 8 bolde.

Step 6
1 ark noritang
Skær æggepandekagerne og arket af noritang i 3-4 cm brede strimler. Fold æggestrimlerne omkring 4 risbolde, og noritang om de sidste 4. Retten kan pyntes med lidt persille inden servering.