

Rispirruller med sprød tofu

Samlet tid **40 min.** 10 min. Arbejdstid 20 min. Tilberedningstid 10 min. Marineringsstid

Næringsindhold:
1.758 kJ / 420 kcal

Fedt: **26 g** Protein: **15 g**
Kulhydrater: **30 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

200 g	tofu
2 spsk.	<u>Kikkoman Ristet Sesamolie</u>
1 spsk.	<u>Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce</u>
0,25 tsk.	stødt sort peber
1,5 tsk.	revet ingefær
1	fed hvidløg, knust
1 spsk.	planteolie
1	gulerod
1	agurk
4	blade icebergsalat
7	ark rispapir
75 ml	<u>Kikkoman Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og yuzusaft</u>
alternativt:	
75 ml	<u>Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og citronaromaer</u>
2 spsk.	honning (eller ahornsirup)
1	chili, finthakket
1 tsk.	ristede sesamfrø
1 spsk.	forårsløg, hakket

FREM GANGSMÅDE

Step 1

200 g tofu - **1 spsk.** Kikkoman Ristet Sesamolie - **1 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **0,25 tsk.** stødt sort peber - **0,5 tsk.** revet ingefær - **1** fed hvidløg, knust
Skær tofuen i tern. Læg ternene i en skål med Kikkoman ristet sesamolie, Kikkoman naturligt brygget sojasauce, sort peber, revet ingefær og knust hvidløg. Bland det hele godt sammen, så alle tofutern dækkes af krydderierne.

Step 2

1 spsk. planteolie - **1** gulerod - **1** agurk - **4** blade icebergsalat
Varm olie op på en stegepande. Tilsæt den marinerede tofu og steg, indtil den er gyldenbrun på alle sider. Skær gulerod og agurk i tynde strimler og salatbladene i mindre stykker.

Step 3

7 ark rispapir - **1 spsk.** Kikkoman Ristet Sesamolie
Blødgør rispapiret i varmt vand, og dup dem forsigtigt tørre. Læg grøntsager og tofu på hvert ark, og rul dem sammen. Pensl med Kikkoman sesamolie, og bag dem i en forvarmet ovn ved 200°C eller i en airfryer i 15 minutter.

Step 4

75 ml Kikkoman Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og yuzusaft - **75 ml** Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og citronaromaer - **2 spsk.** honning (eller ahornsirup) - **1** chili, finthakket - **1 tsk.** revet ingefær
Bland Kikkoman ponzu yuzu sojasauce (eller Kikkoman ponzu citrus sojasauce) med honning,

finthakket chili og ingefær i en skål.

Step 5

1 tsk. ristede sesamfrø - **1 spsk.** forårsløg, hakket
Drys de færdige ruller med de ristede sesamfrø og
hakket forårsløg, og server med citrus- og ingefær-
dippen.