KIKKOMAN

Stegte marinerede kyllingelår med cashewnødder og peberfrugt

Samlet tid **60 min.** **60 min.** Arbejdstid

Næringsindhold:
2.117 kJ / 505 kcal

Fedt: **34 g** Protein: **35 g**
Kulhydrater: **14,4 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

8	kyllingelår
1	løg, skåret i både
2 spsk.	olie
1	stor orange peberfrugt, udkernet og skåret i mindre stykker
100 ml	Kikkoman teriyaki woksauce med ristet hvidløg
50 g	ristede cashewnødder

FREMGANGSMÅDE

Step 1

Varm ovnen op til 200 °C/varmluftsovn 180 °C (gas: trin 6). Læg kyllingelårene og løgene i en stor stegeso. Dryp med olie, og lad det stege i ovnen i 30 minutter.

Step 2

Tilsæt peberfrugterne efter 30 minutter, og dryp det hele med Teriyaki sauce med ristet hvidløg. Sæt retten tilbage i ovnen i 15 minutter. Drys derefter med cashewnødder, og giv det hele i yderligere 10 minutter i ovnen. Serveres med stegte søde kartofler eller ris.