Ropogós rózsaszín karfiol popcorn

Teljes idő **20 perc.** **10 perc.** előkészítési idő **10 perc.** főzési idő

Tápértékek (adagonként):
2.222 kJ / 530 kcal

Zsír: **21,50 g** Fehérje: **13,20 g**
Szénhidrát: **68,70 g**

HOZZÁVALÓK

2 Adagok

75 ml	céklalé
60 ml	író
4 ek.	Kikkoman Ponzu Citrusos szójaszósz
2 ek.	finomliszt
2 ek.	kukoricakeményítő
0,25 tk.	fokhagymapor
0,5 tk.	őrölt gyömbér
3 csipet	frissen őrölt fekete bors
300 g	karfiolrózsa (falatnyi, popcorn méretű darabok)
100 g	Kikkoman Panko morzsa
	Olaj a sütéshez
2 ek.	Kikkoman Mézes-füstös ízű teriyaki BBQ szósz

ELKÉSZÍTÉS

Lépések 1

75 ml céklalé - **60 ml** író - **4 ek.** Kikkoman Ponzu Citrusos szójaszósz - **2 ek.** finomliszt - **2 ek.** kukoricakeményítő - **0,25 tk.** fokhagymapor - **0,5 tk.** őrölt gyömbér - **3 csipet** frissen őrölt fekete bors
A céklalét, az írót, a Kikkoman Ponzu Citrusos szójaszószt, a lisztet, a kukoricakeményítőt, a fokhagymaport és az őrölt gyömbért lágy tésztává keverjük, majd borssal fűszerezzük.

Lépések 2

300 g karfiolrózsa (falatnyi, popcorn méretű darabok) - **100 g** Kikkoman Panko morzsa
A karfiolrózsákat a tésztába mártjuk, a felesleget lecsepegtetjük, majd megforgatjuk a Kikkoman Panko morzsában.

Lépések 3

Olaj a sütéshez
Az olajat egy nagy serpenyőben vagy olajsütőben felhevítjük, és a karfiolt adagokban aranybarnára és ropogósra sütjük.

Lépések 4

2 ek. Kikkoman Mézes-füstös ízű teriyaki BBQ szósz
A karfiolt még melegen megkenjük a Kikkoman Mézes teriyaki BBQ szósszal, és azon melegében tálaljuk.