

Gresskarpakker med teriyaki og morkelsaus

total tid **120 min.** 67 min. tilberedningstid 33 min. koketid 20 min. ventetid

INGREDIENSER

10 porsjoner

Gresskarpakker:

1 kg	butternutgresskar, skrelt
100 g	sjalottløk, finskåret
30 g	hvitløk, presset
30 g	ingefær, skrelt, revet
100 g	smør
2 dl	grønnsakskraft
50 dl	Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus Med Mindre Salt 43 % Mindre Salt Enn Vanlig Kikkoman Soyasaus
0,5 dl	Kikkoman Teriyaki-Glasur

Fløtesaus:

0,5 dl	vegetabilsk olje
500 g	morkler, klargjort
100 g	sjalottløk, finternet
2 dl	soppkraft
1 dl	Kikkoman Glutenfri Sushi Saus
5 dl	kremfløte

Dessuten:

0,5 dl	vegetabilsk olje
300 g	svartkål, klargjort
0,5 dl	Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer
30 g	gresskarkjerner, hakket
20 g	gjøkesyre, plukket

TILBEREDNING

Steg 1

For å lage gresskarpakkene skjærer du den smale delen av butternutgresskaret i ca. 1 mm tykke skiver på mandolin, og stikker ut runde skiver på ca. 10 cm i diameter. Blansjer svært raskt i rikelig kokende, saltet vann. Fjern kjernene fra den tykkere delen av gresskaret og grovhakk fruktkjøttet.

Steg 2

Sauter det hakkede gresskaret med sjalottløk, hvitløk, ingefær og smør i en panne på middels varme i 2–3 minutter. Tilsett grønnsakskraft og Kikkoman Soyasaus - Mindre salt. La småkoke i ca. 20 minutter til væsken er helt redusert. Kjør glatt i blender.

Steg 3

La pureen avkjøle seg litt og ha den i en sprøytepose. Sprøyt ca. ½ ts puré på hver gresskarskive og brett sammen til små pakker. Pensle med Kikkoman Teriyaki-Glasur og press sammen for å forsegle.

Steg 4

Legg på et lett oljet stekebrett og varm i ovnen ved 120 °C (varmluft) i 3–4 minutter.

Steg 5

For å lage morkelsausen varmer du opp oljen i en panne. Sauter morklene og finternet sjalottløk i 2–3 minutter. Deglaser med soppkraft, tilsett

Kikkoman Sushi Saus og reduser til halv mengde.
Tilsett fløten og kok opp igjen.

Steg 6

For å tilberede svartkålen varmer du opp oljen i en panne. Sauter kålen i 2–3 minutter og krydre med Kikkoman Ponzu Sitron.

Steg 7

Anrett svartkålen med morkelsausen og gresskarpakkene. Server garnert med gresskarkjerner og gjøkesyre.