

Ferske vårruller med teriyaki-aubergine

total tid **30 min.** 20 min. tilberedningstid 10 min. koketid

Næringsinnhold (per porsjon):
1675 kJ / 400 kcal

Fett: **14,3 g** Protein: **10,7 g**
Karbohydrater: **54,2 g**

INGREDIENSE

R

4 porsjoner

Til teriyaki-aubergine:

- 1** stor aubergine
- 3 ss** vegetabilsk olje
- 100 ml** Kikkoman Teriyaki Marinade
- 1 dl** Kikkoman Teriyaki Marinade
- 1 ss** lys sukkersirup (alternativt: agavenektar)
- 1 ss** sesamolje

Til fyllet:

- 1** røde paprika
- 1** stor gulrot
- 0,5** salatagurk
- 1** hjertesalat
- 1 bunt** fersk mynte
- 12 stykke** rispapirark
- 150 g** kokte risnudler

Til sausen:

- 1** hvitløkbåt
- 1 dl** Kikkoman Teriyaki Marinade
- 2 ts** sesam
- 3 ss** limesaft
- 1 ss** lys sukkersirup (alternativt: agavenektar)
- 1 ss** vårløkringer

TILBEREDNING

Steg 1

Rens og vask auberginen til teriyaki-auberginen og kutt den opp i terninger (ca. 1 x 1 cm). Varm opp vegetabilsk olje i en panne på sterk varme, brun auberginen over det hele i den og ta den ut av pannen. Sett ned varmen, ha i teriyaki-marinade, sirup og sesamolje i stekesjyen, kok opp, tilsett aubergine og la det småkoke i 3–4 minutter. Hell gjentatte ganger sjysaus over auberginen.

Steg 2

Til fyllet deler du paprikaen i to og renser og vasker den, rens og skrell gulroten, rens og vask agurken. Skjær grønnsakene i svært tynne strimler. Rens, vask og tørk salat og mynte i slynge.

Steg 3

Dypp rispapiret kortvarig ned i varmt vann og legg det på et fuktig klede. Legg på 1 salatblad, risnudler, teriyaki-aubergine, grønnsaksstrimler og mynte på hvert ark. Rull rispapiret forsiktig sammen og del det i to.

Steg 4

Til sausen skreller og presser du hvitløken og rører den sammen med teriyaki-marinade, sesam, limesaft, sirup og vårløk. Server ferske vårruller med saus.