

Grillet blekksprut med ponzusaus og kapers

total tid **85 min.** 15 min. tilberedningstid 10 min. koketid 60 min. marineringstid

Næringsinnhold (per porsjon):
2.867 kJ / 686 kcal

Fett: **50 g** Protein: **34 g**
Karbohydrater: **22 g**

INGREDIENSER

2 porsjoner

Blekksprut:

400 g blekksprutarmer (blansjert)
4 ss Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer
2 fedd hvitløk
0,5 ts edelsøtt paprikapulver
1 ss olivenolje
1 klype chiliflak

Salsa:

100 g cherrytomater
50 g kapers
0,5 ts raspet sitronskall
2 ss olivenolje
Noen blader fersk basilikum

Ponzusmør:

150 dl sake
1,5 dl sake
4 ss Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer
1 ss sitronsaft
100 g smør

TILBEREDNING

Steg 1

400 g blekksprutarmer (blansjert) - **4 ss** Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer - **2** fedd hvitløk - **0,5 ts** edelsøtt paprikapulver - **1 ss** olivenolje - **1 klype** chiliflak
Skjær den blansjerte blekkspruten i mindre stykker. Bland Kikkoman Ponzu Sitron i en bolle med knust hvitløk, paprikapulver, olivenolje og chiliflak. Tilsett blekksprutarmene og la stå til marinering i kjøleskapet i 1 time.

Steg 2

100 g cherrytomater - **50 g** kapers - **0,5 ts** raspet sitronskall - **2 ss** olivenolje - Noen blader fersk basilikum
For å lage salsa, del cherrytomatene i fire, tilsett kapers, sitronskall og olivenolje. Riv basilikumbladene og ha dem oppi.

Steg 3

150 dl sake - **4 ss** Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer - **1 ss** sitronsaft - **100 g** smør
Hell sake, Kikkoman Ponzu Sitron og sitronsaft i en kasserolle og gi et oppkok (ca. 1 min.). Tilsett smør og ta av varmen. Rør om til smøret smelter og en jevn saus dannes.

Steg 4

Grill blekkspruten i ca. 3 minutter på hver side. Server med salsa og ponzusmør.