

# Kyllingkjøttboller med teriyaki

total tid **30 min.** 15 min. tilberedningstid 15 min. koketid

## INGREDIENSER

2 porsjoner

<b>0,5 bunt</b>	perilla (rød eller grønn, eventuelt: shisokarse)
<b>1,5</b>	lime
<b>400 g</b>	kyllingbrystfilet
<b>2</b>	fedd hvitløk, hakket
<b>2 ss</b>	ingefær, hakket
<b>2 ss</b>	rapsolje
<b>1,25 dl</b>	<u>Kikkoman Teriyaki Woksaus med Ristet Hvitløk</u>
<b>350 g</b>	kokt japansk fullkornsrís (genmai)

## TILBEREDNING

### Steg 1

**0,5 bunt** bunt perilla (rød eller grønn, eventuelt: shisokarse) - **1,5** lime - **400 g** kyllingbrystfilet  
Plukk av urtebladene og hakk halvparten av dem. Rasp 2 ts limeskall, press en lime, og skjær den andre halve limen i båter. Skjær kyllingfileten i tynne strimler, deretter i små terninger, og hakk den til slutt opp i enda mindre biter.

### Steg 2

**2** fedd hvitløk, hakket - **2 ss** ingefær, hakket  
Kna limeskall, urter, hvitløk og ingefær inn i kyllingfileten. Bruk fuktige hender til å forme valnøttstore boller.

### Steg 3

**2 ss** rapsolje - **1,25 dl** Kikkoman Teriyaki Woksaus med Ristet Hvitløk  
Stek kjøttbollene i en wokpanne med rapsolje på middels varme til de er gyllenbrune på alle sider, ca. 6 minutter til sammen. Skru ned til laveste varme, tilsett Kikkoman Teriyaki Woksaus med Hvitløk og limesaft, legg på lokk og la det småkoke forsiktig i ytterligere 6 minutter.

### Steg 4

**350 g** kokt japansk fullkornsrís (genmai)  
Varm opp risen og fordel den på skålene. Anrett kjøttbollene, sausen og limebåtene oppå risen og garner med resten av urtene.