

Reker med mangoteriyaki i airfryer

total tid **33 min.** 15 min. tilberedningstid 8 min. koketid 10 min. marineringsstid

Næringsinnhold (per porsjon):

1.623 kJ / 388 kcal

Fett: **9 g** Protein: **28 g**

Karbohydrater: **45 g**

INGREDIENSER

2 porsjoner

Reker:

200 g rå reker, skrelt og rensset
1 ss [Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus Med Mindre Salt](#)
1 ss [Kikkoman søt Smakstilsetning til Matlaging i Mirin-Style](#)

Panering:

50 g [Kikkoman Panko - Sprød Brødrasp i Japansk Stil](#)
1 egg
2 ss hvetemel
1 ts rapsolje
1 ss [Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus Med Mindre Salt](#)

Mangoteriyakisau:

100 g fin mangopuré
2 ss [Kikkoman Teriyaki Woksaus med Ristet Hvitløk](#)
1 ts honning
1 ts limesaft
1 ss [Kikkoman søt Smakstilsetning til Matlaging i Mirin-Style](#)

TILBEREDNING

Steg 1

200 g rå reker, skrelt og rensset - **1 ss** [Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus Med Mindre Salt](#) **1 ss** [Kikkoman søt Smakstilsetning til Matlaging i Mirin-Style](#)
Klapp rekene tørre og bland dem med Kikkoman Soyasaus - Mindre salt og Kikkoman Mirin-Style Söt Smakssetter. La stå til marineringsstid i 10 minutter.

Steg 2

50 g [Kikkoman Panko - Sprød Brødrasp i Japansk Stil](#) - **1** egg - **2 ss** hvetemel
Ha mel, pisket egg og Kikkoman Panko i tre separate skåler. Dypp hver reke fra steg 1 først i mel, så i egg og til slutt i Kikkoman Panko.

Steg 3

1 ts rapsolje - **1 ss** [Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus Med Mindre Salt](#)
Anrett rekene i airfryerkurven. Pensle lett med oljen, og pensle eller drypp deretter over Kikkoman Soyasaus - Mindre salt for å få en jevn kulør. Stek ved 190 °C i 6–8 minutter til rekene er sprø og gylne.

Steg 4

100 g fin mangopuré - **2 ss** [Kikkoman Teriyaki Woksaus med Ristet Hvitløk](#) - **1 ss** [Kikkoman søt Smakstilsetning til Matlaging i Mirin-Style](#) - **1 ts** honning - **1 ts** limesaft
Rør sammen mangopuré, Kikkoman Teriyaki Woksaus med Hvitløk, Kikkoman Mirin-Style Söt Smakssetter, honning og limesaft i en liten kasserolle. Varm forsiktig opp på lav varme under

omrøring til du får en jevn og blank saus. Server straks sammen med rekene.