KIKKOMAN

Stekt rosenkål med guanciale og sitron

total tid **19 min.** **5 min.** tilberedningstid **14 min.** koketid

Næringsinnhold (per porsjon):
1.340 kJ / 320 kcal

Fett: **20 g** Protein: **10 g**
Karbohydrater: **25 g**

INGREDIENSER

2 porsjoner

300 g	rosenkål, trimmet og delt i to
2	sjalottløk, skåret i terninger
70 g	italiensk guanciale, skåret i terninger
2	hvitløksfedd, skåret i terninger
0,2 dl	Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus
0,4 dl	Kikkoman Teriyaki BBQ-Saus med Honning & Røykaktig Smak
1	saltsyltet sitron, skåret i tynne skiver
1	lite syrlig eple, skåret i terninger
5 g	erske basilikumblader
20 g	Pecorino Romano, revet

TILBEREDNING

Steg 1

70 g italiensk guanciale, skåret i terninger - **300 g** rosenkål, trimmet og delt i to - **2** sjalottløk, skåret i terninger
Sett en stor stekepanne over åpen flamme til den blir veldig varm. Ha oppi ternet guanciale og stek i 3-4 minutter til den blir sprøstekt. Tilsett rosenkål og ternet sjalottløk og stek i 7-8 minutter til de mykner og begynner å bli brune.

Steg 2

1 saltsyltet sitron, skåret i tynne skiver - **1** lite syrlig eple, skåret i terninger - **5 g** ferske basilikumblader - **20 g** Pecorino Romano, revet - **0,2 dl** Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus - **0,4 dl** Kikkoman Teriyaki BBQ-Saus med Honning & Røykaktig Smak - **2** hvitløksfedd, skåret i terninger
Ha Kikkoman Soyasaus, Kikkoman Teriyaki BBQ-Saus Honning og hvitløksterninger oppi pannen sammen med guanciale, sjalottløk og rosenkål. Fortsett stekingen i 1-2 minutter til det dannes en fin, silkemyk saus som dekker rosenkålen. Hell over på et serveringsfat. Garner med skiver av saltsyltet sitron, syrlige epleterninger, ferske basilikumblader og revet pecorinoost.