

Smažený mořský vlk se zázvorem a rajčaty

Celkový čas vaření **90 min.** 30 min. Doba přípravy **40 min.** Doba vaření **20 min.** Doba marinování

Nutriční hodnoty (na porci):
3.877 kJ / 926 kcal

Tuky: **35 g** Bílkoviny: **79 g**
Sacharidy: **23 g**

INGREDIENCE

2 Porce

- 2** mořští vlci, každý o hmotnosti přibližně 350 g
- 3 polévkové lžíce** Kikkoman Kimchi pikantní chili omáčka
- 400 g** cherry rajčat
- 1** cibule šalotka
- 3 cm** zázvoru
- 2** řapíky celeru
- 2** stroužky česneku
- 50 ml** oleje na smažení
- 200 ml** bílého vína
- 4 polévkové lžíce** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná se sníženým obsahem soli
- 10** thajské bazalky
- 1 špetka** pepře
- 0,5 čajové lžičky** cukru

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

2 mořští vlci, každý o hmotnosti přibližně 350 g - **3 polévkové lžíce** Kikkoman Kimchi pikantní chili omáčka
Odstraňte šupiny z ryby, rybu omyjte a osušte. Nařízněte kůži ryb na obou stranách nožem. Rybu potřete Kikkoman Kimchi Chili omáčkou a nechte odstát stranou.

Krok 2

400 g cherry rajčat - **1** cibule šalotka - **3 cm** zázvoru - **2** tyčinky celeru - **2** stroužky česneku - **50 ml** oleje na smažení
Rajčata a cibuli nakrájejte na kostičky, zázvor a celer na tenké plátky. Česnek nasekejte najemno. Na pánvi rozehejte olej a rybu krátce opečte z obou stran dozlatova, aby získala křupavou kůrku a zůstala šťavnatá uvnitř.

Krok 3

200 ml bílého vína - **4 polévkové lžíce** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná se sníženým obsahem soli - **10** thajské bazalky - **1 špetka** pepře - **0,5 čajové lžičky** cukru
Přidejte cibuli a celer k rybě a restujte, dokud nezměknu. Poté přidejte zázvor, česnek a rajčata a nechte krátce podusit.
Přilijte víno a vařte, dokud se alkohol neodpaří. Přidejte Kikkoman Sójovou omáčku se sníženým obsahem soli a vařte, dokud se tekutina téměř nevypaří a omáčka nezhoustne.
Ke konci vaření dochutte cukrem, pepřem a čerstvě natrhanými nebo nasekanými lístky thajské bazalky, které pokrmu dodají svěží aroma.