

Banh Mi: vietnamský sendvič s grilovaným vepřovým masem

Celkový čas vaření **45 min min.** 20 min. Doba přípravy **10 min.** Doba vaření **15 min.** Doba marinování

Nutriční hodnoty (na porci):
3.185 kJ / 761 kcal

Tuky: **41,6 g** Bílkoviny: **28,7 g**
Sacharidy: **66,4 g**

INGREDIENCE

2 Porce

- 200 g** vepřového bůčku nebo vepřové plece (plátky silné 1–2 cm)
- 1** stonek citronové trávy
- 2 polévkové lžíce** Kikkoman Teriyaki Wok omáčka s pečeným česnekem
- 1 čajová lžička** Kikkoman Dochucovadlo na sushi rýži (300ml)
- 2 čajové lžičky** rybí omáčky
- 1 čajová lžička** kokosového cukru (nebo třtinového cukru)
- 2 špetky** černého pepře
- 80 g** bílé ředkve daikon
- 20 g** mrkve
- 2 čajové lžičky** cukru
- 1 polévková lžíce** Kikkoman Dochucovadlo na sushi rýži (300ml)
- 2 čajové lžičky** limetkové šťávy
- 1 polévková lžíce** vody
- 1** mini okurka
Čerstvé bylinky podle chuti (koriandr, kopr, máta)
- 2 polévkové lžíce** majonézy
- 2** malé bagety

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

200 g vepřového bůčku nebo vepřové plece (plátky silné 1–2 cm) - **1** stonek citronové trávy - **2 polévkové lžíce** Kikkoman Teriyaki Wok omáčka s pečeným česnekem - **1 čajová lžička** Kikkoman Dochucovadlo na sushi rýži (300ml) - **2 čajové lžičky** rybí omáčky - **1 čajová lžička** kokosového cukru (nebo třtinového cukru) - **2 špetky** černého pepře

Najemno nasekejte spodní třetinu citronové trávy (u kořene). Smíchejte citronovou trávu s Kikkoman Teriyaki Wok omáčkou s pečeným česnekem, Kikkoman Dochucovadlem na sushi rýži, rybí omáčkou, kokosovým cukrem a černým pepřem. Vepřové maso marinujte přibližně 15 minut.

Krok 2

80 g bílé ředkve daikon - **20 g** mrkve - **2 čajové lžičky** cukru - **1 polévková lžíce** Kikkoman Dochucovadlo na sushi rýži (300ml) - **2 čajové lžičky** limetkové šťávy - **1 polévková lžíce** vody
Daikon a mrkev nakrájejte na tenké proužky. Posypte cukrem a dobře promněte. Nechte 15 minut odstát, aby zelenina pustila šťávu. Přebytečnou tekutinu vymačkejte. Poté marinujte v Kikkoman Dochucovadle na sushi rýži, limetkové šťávě a vodě.

Krok 3

1 mini okurka - Čerstvé bylinky podle chuti (koriandr, kopr, máta)
Okurku nakrájejte podélně na tenké plátky. Bylinky nahrubo nasekejte.

Krok 4

2 malé bagety

Marinované vepřové maso z kroku 1 grilujte při 230 °C přibližně 8 minut, dokud nezkaramelizuje a nebude dobře propečené. Poté maso vyjměte. Bagety podélně nařízněte, ale neprozkrojte úplně. Ve stejné troubě je zahřívejte asi 2 minuty.

Krok 5

Grilované vepřové maso - Připravená nakládaná zelenina - Nakrájená okurka - Nasekané bylinky - **2 polévkové lžíce** majonézy

Grilované vepřové maso nakrájejte na plátky. Vnitřek baget potřete majonézou. Plňte v tomto pořadí: okurka, vepřové maso, nakládaná zelenina a bylinky. Podávejte ihned.