

Dýňové noky se slaninou a šalvějí

Celkový čas vaření **60 min.** 15 min. Doba přípravy 30 min. Doba vaření 15 min. Doba chlazení

Nutriční hodnoty (na porci):

2.021 kJ / 483 kcal

Tuky: **16 g** Bílkoviny: **17 g**

Sacharidy: **64,7 g**

INGREDIENCE

3 Porce

Noky:

400 g dýně Hokkaido

1 čajová lžička oleje

180 g hladké mouky

voda na vaření

1 vejce

2 polévkové lžíce Kikkoman Sójová omáčka

přírozeně fermentovaná

tekuté ochucovadlo

Obloha:

120 g uzené slaniny, nakrájené

na kostičky

8 čerstvých lístků šalvěje

40 g baby špenátu

Glazura:

4 polévkové lžíce Kikkoman Teriyaki BBQ

omáčka s medem a

kouřovou příchutí

2 polévkové lžíce vody

Na dokončení:

1 polévková lžička pažitky, nasekané

1 polévková lžička

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

400 g dýně Hokkaido - **1 čajová lžička** oleje

Dýni rozkrojte napůl, odstraňte semínka a nakrájejte na menší kousky. Zakápněte olejem, položte na plech vyložený pečicím papírem a pečte při 200 °C asi 20 minut doměkka. Nechte zcela vychladnout.

Krok 2

1 vejce - **2 polévkové lžíce** Kikkoman Sójová

omáčka přírozeně fermentovaná tekuté

ochucovadlo - **180 g** hladké mouky - voda na

vaření

Vychladlou dýni z kroku 1 rozmačkejte na hladké pyrě. Přidejte vejce, Kikkoman Sójovou omáčku a mouku, poté vypracujte měkké těsto. Rozdělte ho na 3 části, z každé vyválejte váleček o průměru asi 2 cm, nakrájejte na malé kousky a lehce je přitlačte vidličkou. Ve velkém hrnci přiveďte vodu k varu.

Noky vařte po dávkách, dokud nevyplavou na hladinu. Vyjměte je děrovanou naběračkou a dejte stranou.

Krok 3

120 g uzené slaniny, nakrájené na kostičky - **8**

čerstvých lístků šalvěje

Na pánvi na středním plameni opečte slaninu dozlatova a dokřupava. Přidejte lístky šalvěje a krátce je opečte, dokud se nerozvoní a lehce nezkřehnou. Vše přendejte do malé misky.

Krok 4

4 polévkové lžíce Kikkoman Teriyaki BBQ omáčka s

medem a kouřovou příchutí - **2 polévkové lžíce**

vody

Do stejné pánve nalijte Kikkoman Teriyaki BBQ omáčku a přidejte vodu. Zahřívejte asi 1 minutu, dokud nebude omáčka horká a mírně řidší.

Krok 5

40 g baby špenátu - **1 polévková lžíce** nasekané pažitky

Do pánve s omáčkou z kroku 4 přidejte noky z kroku 2 a jemně je v omáčce obalte. Přidejte slaninu a šalvěj z kroku 3 a krátce promíchejte. Podávejte na čerstvém baby špenátu, a nakonec posypte nasekanou pažitkou.