

Houbovo-pórkové špízy s ponzu omáčkou

Celkový čas vaření **45 min.** 25 min. Doba přípravy 20 min. Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):

470 kJ / 112 kcal

Tuky: **1 g** Bílkoviny: **8 g**

Sacharidy: **21 g**

INGREDIENCE

2 Porce

500 g	hub (např. hlíva, žampiony, shimeji)
1	malý pórek
75 ml	<u>Kikkoman Citrónová ponzu omáčka</u>
1	snítka čerstvého rozmarýnu
1 čajová lžička	medu
3	stroužky česneku
1 špetka	pepře
1 čajová lžička	togarashi koření

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

500 g hub - **1** malý pórek - **75 ml** Kikkoman Citrónová ponzu omáčka - **1** snítka rozmarýnu - **1 čajová lžička** medu - **3** stroužky česneku - **1 špetka** pepře

Houby nakrájejte na plátky nebo natrhejte na menší kousky. Vložte do mísy. Pórek nakrájejte na kousky o délce 5–6 cm, silnější části podélně rozpulte.

Česnek a rozmarýn nasekejte nadrobno. Do hub přidejte Kikkoman Ponzu Citrón omáčku, med, česnek a rozmarýn. Dochutěte černým pepřem a nechte chvíli marinovat.

Krok 2

Na špejle nebo kovové jehly střídavě napichujte houby a pórek. Zbylou marinádu si nechte na později.

Krok 3

1 čajová lžička togarashi koření

Špízy posypejte togarashi kořením a grilujte na vysoké teplotě nebo přímém plameni, dokud nebudou rovnoměrně opečené z obou stran. Během grilování potřete zbylou marinádou.