KIKKOMAN

Krevety stir-fry s mangem a mátou

Celkový čas vaření **17 min.** **10 min.** Doba přípravy **7 min.** Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):
1.000 kJ / 240 kcal

Tuky: **11 g** Bílkoviny: **24 g**
Sacharidy: **12 g**

INGREDIENCE

2 Porce

30 ml	rostlinného oleje
200 g	syrových krevet, oloupaných a očištěných
2	stroužky česneku, nakrájené na plátky
50 g	červené cibule, nakrájené na tenké měsíčky
100 g	červené papriky, nakrájené na proužky
100 g	manga, nakrájeného na kostičky
100 g	nakládané baby kukuřice
15 ml	limetkové šťávy
40 ml	Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná se sníženým obsahem soli

Na ozdobu:

1 polévková lžíce	čerstvé máty
1 čajová lžička	černého sezamu

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

15 ml rostlinného oleje - **200 g** syrových krevet, oloupaných a očištěných - **2** stroužky česneku, nakrájené na plátky
Rozehřejte wok, přidejte olej, poté krevety a česnek. Restujte 2–3 minuty, dokud krevety nezrůžoví. Vyjměte je a dejte stranou.

Krok 2

15 ml rostlinného oleje - **50 g** červené cibule, nakrájené na tenké měsíčky - **100 g** červené papriky, nakrájené na proužky
V tomtéž woku rozehřejte olej a orestujte cibuli s paprikou po dobu 2 minut.

Krok 3

100 g manga, nakrájeného na kostičky - **100 g** nakládané baby kukuřice - **15 ml** limetkové šťávy - **40 ml** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná se sníženým obsahem soli - **1 polévková lžíce** čerstvé máty - **1 čajová lžička** černého sezamu
Přidejte mango, kukuřici, limetkovou šťávu a orestované krevety k zelenině z kroku 2. Ochuťte Kikkoman Sójovou omáčkou se sníženým obsahem soli, promíchejte a restujte další 2 minuty. Nakonec ozdobte čerstvou mátou a černým sezamem.