

Křupavé avokádové hranolky v panko strouhance

Celkový čas vaření **20 min.** **15 min.** Doba přípravy **5 min.** Doba vaření

INGREDIENCE

2 Porce

Na salát

150 g červeného zelí
150 g bílého zelí
2 polévkové pražených sezamových
lžíce semínek
100 g jogurtu
4 polévkové Kikkoman Citrónová
lžíce ponzu omáčka
1 polévková Kikkoman Pražený
lžíce sezamový olej
čerstvě mletý černý pepř
(volitelné)

Na avokádové hranolky:

2 malá avokáda
1 vejce
1 polévková Kikkoman Poke omáčka
lžíce
2 polévkové hladké mouky
lžíce
80 g Kikkoman Panko –
japonská křupavá
strouhanka
Olej na smažení

Na dip:

2 polévkové Kikkoman Poke omáčka
lžíce
3 polévkové majonézy
lžíce

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

150 g červeného zelí - **150 g** bílého zelí - **2 polévkové lžíce** pražených sezamových semínek - **100 g** jogurtu - **4 polévkové lžíce** Kikkoman Citrónová ponzu omáčka - **1 polévková lžíce** Kikkoman Pražený sezamový olej - čerstvě mletý černý pepř (volitelné)
Na salát nakrájejte nebo nastrouhejte nejmenší oba druhy zelí. Smíchejte sezamová semínka s jogurtem, Kikkoman Ponzu citrónem, Kikkoman Sezamovým olejem a připravte dresink. Podle chuti jej dochutíte čerstvě mletým černým pepřem. Promíchejte se zelím.

Krok 2

2 malá avokáda - **1** vejce - **1 polévková lžíce** Kikkoman Poke omáčka **2 polévkové lžíce** hladké mouky - **80 g** Kikkoman Panko – japonská křupavá strouhanka
Na avokádové hranolky rozkrojíte avokáda na poloviny, odstraníte pecky a vydlabejte dužinu. Dužinu nakrájejte na silnější hranolky nebo měsíčky. Vejce rozšlehejte s Kikkoman Poke omáčkou a nalijte do mělké misky. Mouku a Kikkoman Panko nasypete do dvou samostatných mělkých misek. Kousky avokáda obalte nejprve v mouce, poté ve vaječné směsi a nakonec v Kikkoman Panko strouhance.

Krok 3

Olej na smažení
Na pánvi rozežehřejte olej a avokádové hranolky smažte dozlatova a dokřupava ze všech stran. Nechte okapat na kuchyňské utěrce.

Krok 4

2 polévkové lžíce Kikkoman Poke omáčka - **3**

polévkové lžíce majonézy

Na dip smíchejte Kikkoman Poke omáčku s majonézou a podávejte s avokádovými hranolky a salátem.