KIKKOMAN

Chinees geïnspireerde kipburger met teriyaki

totale tijd **70 min.** **20 min.** voorbereidingstijd **30 min.** kooktijd **30 min.** marineertijd

Voedingswaarde (per portie):
3.416 kJ / 816 kcal

Vetten: **23,7 g** Eiwitten: **40,3 g**
Koolhydraten: **65,3 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

150 g	tarwebloem
1 tl	instantgist
1,33 el	Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus
120 ml	warm water
300 g	drumsticks
100 ml	Kikkoman Teriyaki Woksaus met Geroosterde Knoflook
0,25 tl	gemberpoeder
0,25 tl	kaneelpoeder
0,25 tl	venkel
1 el	vers gehakte koriander of peterselie
1 tl	gehakte rode peper
100 g	rode kool
2 el	olijfolie
1 el	limoensap
1 tl	honing
2	uien
1 tl	suiker

VOORBEREIDING

Stap 1

150 g tarwebloem - **1 tl** instantgist - **0,33 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus - **120 ml** warm water
Kneed een zacht gistdeeg van de bovenstaande ingrediënten. Bedek dit en laat het ongeveer 60 minuten op een warme plek rijzen. Maak er daarna 4 rolletjes van in lange stroken. Vouw deze in de lengte doormidden en vorm van elk een bolletje. Draai ze om en rol ze uit tot platte broodjes. Bedek deze pitabroodjes en laat ze nog 20 minuten rijzen. Verhit een pan op hoog vuur en bak ze zonder olie of boter 2 minuten. Zet ze dan apart.

Stap 2

300 g drumsticks - **100 ml** Kikkoman Teriyaki Woksaus met Geroosterde Knoflook - **0,25 tl** gemberpoeder - **0,25 tl** kaneelpoeder - **0,25 tl** venkel - **1 el** vers gehakte koriander of peterselie - **1 tl** gehakte rode peper
Dep de drumsticks droog en marineer deze 30 minuten met de Kikkoman Teriyaki Saus met Knoflook, het gemberpoeder, kaneelpoeder en de venkel. Bewaar de marinade.

Dek de drumsticks af en bak ze in de oven 20-30 minuten op 180 °C, totdat ze zacht en gaar zijn. Trek de kip na het bakken met een vork uit elkaar en voeg de koriander, rode peper en de overgebleven teriyakimarinade toe.

Stap 3

100 g rode kool - **1 el** olijfolie - **1 el** limoensap - **1 tl** honing
Hak de rode kool fijn. Voeg de olijfolie, het

limoensap en de honing hieraan toe en meng dit goed.

Stap 4

2 uien - **1 el** olijfolie - **1 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus - **1 tl** suiker
Snijd de uien in ringen en fruit deze in olijfolie. Voeg de Kikkoman Sojasaus en suiker toe en laat het op laag vuur 10 minuten pruttelen.

Stap 5

Snijd de broodjes open en vul deze met de gemarineerde kip, de rode kool en gekaramelliseerde uien.