

Gegrilde maïskolf met kruiden / Elotes

totale tijd **20 min.** 10 min. voorbereidingstijd 10 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
1.392 kJ / 331 kcal

Vetten: **21,7 g** Eiwitten: **9,1 g**
Koolhydraten: **23,7 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

2	maïskolven
3 el	<u>Kikkoman Teriyaki</u> <u>Marinade</u>
2 el	mayonaise
30 g	geraspte harde kaas (bijv. parmigiano)
0,5 tl	gedroogde oregano
0,5 tl	komijnpoeder
0,5 tl	chipotlepoeder / chilipoeder

VOORBEREIDING

Stap 1

Breng een sauspan met water aan de kook.
Verwijder de bladeren, kook de maïskolven 5
minuten voor en giet dan af.

Stap 2

Bestrijk de maïs met 1-2 el teriyakimarinade en
laat het marineren terwijl je de grill of grillpan
opwarmt. Laat de maïskolven een paar minuten
grillen tot ze goudbruin zijn.

Stap 3

Meng mayo met 1 el teriyakimarinade en bestrijk
de maïs. Bestrooi het dan met geraspte kaas en
kruiden. Je kan extra kruiden toevoegen, zoals
peterselie of koriander.