

Kara age – Kip gemarineerd in sojasaus

totale tijd **45 min.** 20 min. voorbereidingstijd 25 min. marineertijd

Voedingswaarde (per portie):
1.943 kJ / 464 kcal

Vetten: **30,1 g** Eiwitten: **37,5 g**
Koolhydraten: **6,3 g**

INGREDIËNTEN

4 porties

500 g	kippenpoten (zonder botten)
1 el	geraspte gember
4 el	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus</u>
30 ml	witte wijn (zoet)
	eiwit van 1 ei
	aardappelzetmeel
	frituurolie
0,25 bos(je)	verse peterselie
1	citroen

VOORBEREIDING

Stap 1

Snijd de kip in blokjes van ongeveer 3 cm. Stop de blokjes samen met de gember, de natuurlijk gebrouwen sojasaus en de witte wijn in de diepvrieszak.

Stap 2

Wrijf stevig over de buitenkant van de zak om alle ingrediënten goed te mengen. Laat de kip vervolgens zo'n 20 à 30 minuten marineren. Haal daarna alles uit de zak en dep de kip droog.

Stap 3

Kluts het eiwit zachtjes in een kom. Vermeng het met de kip en haal de stukjes door het aardappelzetmeel. Verhit de olie in een (frituur)pan (170-180°C) en bak de kip knapperig in 3 à 4 minuten.

Stap 4

Leg daarna de kipstukjes op een bord en garneer het gerecht met peterselie en citroen. U kunt er, vlak voordat u gaat eten, desgewenst verse citroensap overheen sprenkelen.