

Tofoe-groentekroketten

INGREDIËNTE

N

4 porties

400 g	tofoe
30 g	wortel
2 stuk	shiitake paddenstoelen
5 stuk	sperziebonen
1 theelepel	zout
1 theelepel	suiker
1	ei
1,5	aardappelzetmeel
eetlepels	mosterd
	Kikkoman Natuurlijk
	Gebrouwen Sojasaus Met
	Minder Zout

VOORBEREIDING

Stap 1

Druk de overtollige vloeistof uit de tofoe door er iets zwaars op te plaatsen. De wortelen en bonen in fijne, 3 cm lange reepjes snijden en blancheren. De steeltjes van de shiitake paddenstoelen verwijderen en de hoedjes in fijne reepjes snijden.

Stap 2

De tofoe pureren totdat deze glad is. Voeg de groente, zout, suiker, eieren en aardappelzetmeel toe en goed doorroeren. Kleine balletjes vormen, een beetje platdrukken en op 170 °C frituren. Goudgeel frituren en op keukenpapier laten afdruipe.

Stap 3

Heet serveren, met Kikkoman sojasaus met 43% minder zout en middelscherpe mosterd.