

# Witte asperges cordon bleu

totale tijd **30 min.** 20 min. voorbereidingstijd 10 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):  
**3.050 kJ / 730 kcal**

Vetten: **46 g** Eiwitten: **33 g**  
Koolhydraten: **43 g**

## INGREDIËNTEN

2 porties

<b>400 g</b>	witte asperges
<b>750 ml</b>	water
<b>0,5 tl</b>	zout
<b>2 el</b>	<u>Kikkoman Teriyaki Woksaus met Geroosterde Knoflook</u>
<b>150 g</b>	prosciutto cotto, in plakjes
<b>100 g</b>	Goudse of Gruyère kaas, in plakjes
<b>3 el</b>	mayonaise
<b>1,5 el</b>	<u>Kikkoman Ponzu - een Mengsel van Sojasaus, Azijn en Citroensmaakstof</u>
<b>0,5 el</b>	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus</u>
<b>50 g</b>	tarwebloem
<b>100 g</b>	<u>Kikkoman Panko - Knapperig Paneermeel in Japanse Stijl</u>
<b>2</b>	eieren
<b>3 el</b>	koolzaadolie

## VOORBEREIDING

### Stap 1

**400 g** witte asperges - **750 ml** water - **0,5 tl** zout - **2 el** Kikkoman Teriyaki Woksaus met Geroosterde Knoflook

Schil de witte asperges grondig en breek de houtige uiteinden af. Kook ze 3-4 minuten in licht gezouten water en laat ze goed uitlekken. Giet de Kikkoman Teriyaki Woksaus met Geroosterde Knoflook in een kom, voeg de asperges toe en meng alles goed door elkaar. Laat 5 minuten staan. Verhit een pan, voeg de asperges met de marinade toe en bak ze 2-3 minuten onder voortdurend roeren. Zet apart om af te koelen.

### Stap 2

**150 g** prosciutto cotto, in plakjes - **100 g** Goudse of Gruyère, in plakjes

Leg een plakje prosciutto cotto op een plank en leg er een plakje kaas op. Leg er 2-3 asperges op, dep overtollige marinade weg met keukenpapier en rol het geheel strak op. Zet de uiteinden indien nodig vast met tandenstokers.

### Stap 3

**3 el** mayonaise - **1,5 el** Kikkoman Ponzu - een Mengsel van Sojasaus, Azijn en Citroensmaakstof - **0,5 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus - **50 g** tarwebloem - **100 g** Kikkoman Panko - Knapperig Paneermeel in Japanse Stijl - **2** eieren - **3 el** koolzaadolie

Meng de mayonaise met de Kikkoman Citroen Ponzu en Kikkoman Sojasaus tot een gladde dip. Doe de bloem, de geklopte eieren en de Kikkoman Panko in drie aparte kommen. Haal de aspergerolletjes door de bloem, vervolgens door

het ei en daarna door de Kikkoman Panko. Bak ze in de koolzaadolie tot ze aan alle kanten goudbruin zijn. Serveer met de dip. Verwijder eventuele tandenstokers voor het serveren.