

Láminas de berenjena/calabacín rellenas con setas

Tiempo total **40 Mins.** 10 Mins. Tiempo de preparación **30 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
1324 kJ / 315 Kcal

Grasas: **12,9 g** Proteínas: **18,5 g**
Carbohidratos: **28,6 g**

INGREDIENTES

4 porciones

1 cebolla tierna
80 g tofu
200 g carne picada de ave
1 clara de huevo
3,5 Kikkoman Panko - Pan
cucharadas rallado crujiente estilo japonés
3,5 Kikkoman Salsa Estilo
cucharadas Japonés con Sabor a Teriyaki Barbacoa y con Miel
1 Pimienta recién molida
berenjena (o calabacín grande)
4,5 almidón de maíz o de
cucharadas patata
200 g setas shiitake
(alternativamente: champiñones)
1 cucharada mantequilla
2,5 Kikkoman Salsa de Soja
cucharadas fermentada naturalmente de sabor suave
2 aceite vegetal
cucharadas

PREPARACIÓN

Pasos 1

Para el relleno, lavar las cebolletas, limpiarlas y picarlas finamente. Escurrir el tofu y cortarlo en dados pequeños o triturarlo. Mezclar la carne picada, la clara de huevo, la cebolleta, el tofu y 3 cucharadas de pan rallado panko, y aderezar con 1 cucharada de Salsa Teriyaki BBQ con miel y pimienta. Si el relleno estuviese demasiado blando, añadir un poco más de panko.

Pasos 2

Lavar la berenjena (o el calabacín), retirar los extremos y cortarla en láminas de aprox. 3 mm de grosor. Poner un lado de cada lámina en almidón de patata y, sobre este lado, colocar un poco de relleno. Cubrir con el lado con almidón de la segunda lámina y presionar cuidadosamente los bordes.

Pasos 3

Limpiar las setas, cortar en trozos, saltear en mantequilla y sazonar con salsa de soja suave (alternativamente: salsa de soja + azúcar) y pimienta.

Pasos 4

Dorar ambos lados de los libritos de berenjena en aceite caliente, sacarlos y mantenerlos en caliente. Añadir a la sartén el resto de salsa Teriyaki BBQ con miel y calentarla. Glasear en ella los libritos de berenjena y colocarlos en platos. Decorar con las

setas y con aritos de cebolleta al gusto y servir.