

Langostinos en freidora de aire con salsa teriyaki de mango

Tiempo total **33 Mins.** 15 Mins. Tiempo de preparación **8 Mins.** Tiempo de cocción **10 Mins.** Tiempo de marinado

Información nutricional (por porción)
1.623 kJ / 388 Kcal

Grasas: **9 g** Proteínas: **28 g**
Carbohidratos: **45 g**

INGREDIENTES

2 porciones

Para los langostinos:

- 200 g** de langostinos crudos, pelados y desvenados
- 1 cucharada** Kikkoman Salsa De Soja con menos sal naturalmente fermentada
- 1 cucharada** Kikkoman Salsa dulce estilo Mirin para Cocinar

Para el rebozado:

- 50 g** Kikkoman Panko - Pan rallado crujiente estilo japonés
- 1** huevo
- 2** de harina de trigo
- cucharadas**
- 1** de aceite de colza
- cucharadita**
- 1 cucharada** Kikkoman Salsa De Soja con menos sal naturalmente fermentada

Para la salsa teriyaki de mango:

- 100 g** de puré de mango fino
- 2** Kikkoman Salsa Teriyaki
- cucharadas** con ajos asados para wok
- 1** de miel
- cucharadita**
- 1** de zumo de lima
- cucharadita**
- 1 cucharada** Kikkoman Salsa dulce estilo Mirin para Cocinar

PREPARACIÓN

Pasos 1

200 g de langostinos crudos, pelados y desvenados - **1 cucharada** Kikkoman Salsa De Soja con menos sal naturalmente fermentada **1 cucharada** Kikkoman Salsa dulce estilo Mirin para Cocinar

Retire el exceso de humedad de los langostinos con papel de cocina y mézclelos con la Kikkoman salsa de soja con menos sal y el Kikkoman Mirin-Style Condimento de cocina dulce, y déjelos marinar durante 10 minutos.

Pasos 2

50 g Kikkoman Panko - Pan rallado crujiente estilo japonés - **1** huevo - **2 cucharadas** de harina de trigo

Disponga la harina, el huevo batido y el Kikkoman panko en tres recipientes separados. Pase cada langostino del paso 1 primero por la harina, después por el huevo y, por último, por el Kikkoman panko.

Pasos 3

1 cucharadita de aceite de colza - **1 cucharada** Kikkoman Salsa De Soja con menos sal naturalmente fermentada

Coloque los langostinos en la cesta de la freidora de aire. Píntelos ligeramente con el aceite y, luego, con la Kikkoman salsa de soja con menos sal para conseguir un dorado uniforme. Cocínelos a 190 °C durante 6-8 minutos, hasta que estén crujientes y dorados.

Pasos 4

100 g de puré de mango fino - **2 cucharadas**
Kikkoman Salsa Teriyaki con ajos asados para wok
- **1 cucharada** Kikkoman Salsa dulce estilo Mirin
para Cocinar - **1 cucharadita** de miel - **1**
cucharadita de zumo de lima

Combine el puré de mango, la Kikkoman salsa Teriyaki WOK con Ajo, el Kikkoman Mirin-Style Condimento de cocina dulce, la miel y el zumo de lima en un cazo pequeño. Calientelo a fuego suave, removiendo continuamente, hasta obtener una salsa homogénea y brillante. Sírvala de inmediato junto con los langostinos.