

Ljetne rollice s povrćem, škampima i kikiriki umakom

Ukupno vrijeme **20 min.** 15 min. vrijeme pripreme 5 min. vrijeme kuhanja

Prehrambene vrijednosti (po porciji)
1.532 kJ / 366 kcal

Masti: **18,50 g** Bjelančevine/proteini: **18 g**
Ugljikohidrati: **30 g**

SASTOJCI

2 porcije

4	lista salate
0,5	mrkve
0,25	žute paprike
0,13	crvenog kupusa
150 g	škampi
1 žličica	maslaca
1	režanj češnjaka
0,25	čili papričice
2 žličica	<u>Kikkoman prirodno fermentirani soja umak</u>
4	lista rižinog papira
2 žličica	kikiriki maslaca
1 žličica	<u>Kikkoman Sezamovo ulje od tostiranog sezama</u>
1 žličica	soka od limete
1 žličica	meda
4 žličica	vode

PRIPREMA

Korak 1

4 lista salate - **0,5** mrkve - **0,25** žute paprike - **0,13** crvenog kupusa

Operite povrće. Mrkvu, papriku i crveni kupus narežite na vrlo tanke štapiće. Stavite listove salate sa strane.

Korak 2

150 g škampi - **1 žličica** maslaca - **1** režanj češnjaka - **0,25** čili papričice - **1 žličica** Kikkoman prirodno fermentirani soja umak

Operite škampe. Rastopite maslac u tavi. Dodajte škampe i pržite 1 minutu. Zatim dodajte zdrobljeni češnjak, narezanu čili papričicu i Kikkoman soja umak. Pržite još 3–4 minute, a potom ostavite da se ohlade.

Korak 3

4 lista rižinog papira

Namočite listove rižinog papira u mlakoj vodi. Napunite ih povrćem i počnite ih motati. Prije nego što ih u potpunosti zamotate, dodajte škampe i završite motanje.

Korak 4

2 žličica kikiriki maslaca - **1 žličica** Kikkoman Sezamovo ulje od tostiranog sezama - **1 žličica** Kikkoman prirodno fermentirani soja umak - **1 žličica** soka od limete - **1 žličica** meda - **4 žličica** vode

Pomiješajte u zdjeli kikiriki maslac, Kikkoman prženo sezamovo ulje, Kikkoman soja umak, sok od limete, med i vodu dok ne dobijete jednoličnu smjesu. Poslužite ljetne rollice uz kikiriki umak.