KIKKOMAN

Calamar Teriyaki et riz à sushi

durée totale **35 min.** **20 min.** temps de préparation **15 min.** temps de cuisson

INGRÉDIENTS

2 portions

100 g	de salade verte (par exemple, laitue romaine ou laitue beurre)
3 càs	de gingembre pour sushi
3	oignons nouveaux, émincés
3 càs	Kikkoman Ponzu - un mélange de sauce soja et vinaigre, avec du jus de yuzu
4	tubes de calamar moyens (80-100 g chacun), nettoyés
250 g	de riz à sushi cuit (voir conseil)
1 càs	d'huile végétale
4 càs	Sauce barbecue Teriyaki au miel & au goût fumé Kikkoman
2 càs	de cacahuètes salées
1	yuzu coupé en quartiers (ou citron vert)
Pour servir :	
	Des brochettes en bois pour fermer les anneaux de calamar

PRÉPARATION

Étape 1

100 g de salade verte - **3 càs** de gingembre pour sushi - **3** oignons nouveaux, émincés - **3 càs** Kikkoman Ponzu - un mélange de sauce soja et vinaigre, avec du jus de yuzu

Laver la salade, l'essorer et retirer les tiges épaisses. Pour la sauce, couper le gingembre en lamelles et le mélanger avec les oignons nouveaux et le Kikkoman Yuzu Ponzu.

Étape 2

4 tubes de calamar - **250 g** de riz à sushi cuit - Brochettes en bois

Rincer et égoutter les tubes de calamar. Les remplir de riz à sushi, en veillant à ne pas trop les tasser. Fermer les extrémités ouvertes à l'aide des brochettes en bois.

Étape 3

4 càs Sauce barbecue Teriyaki au miel & au goût fumé Kikkoman

Faire griller les calamars à feu moyen sur le barbecue ou dans une poêle à griller pendant 10 minutes. Les badigeonner ensuite de sauce barbecue Teriyaki au miel Kikkoman en les retournant régulièrement, ce qui devrait prendre encore 2 minutes.

Étape 4

2 càs de cacahuètes salées - **1** yuzu (ou citron vert)

Hacher grossièrement les cacahuètes dans un robot ménager. Les saupoudrer sur les calamars, les couper en morceaux épais et les disposer sur les feuilles de salade. Servir avec les quartiers de yuzu et la sauce au gingembre et au yuzu.