KIKKOMAN

Insalata di anatra teriyaki con basilico

Tempo totale **36 Min** **20 Min** Tempo di preparazione **16 Min** Tempo di cottura

INGREDIENTI

2 Porzioni

200 g	petto d'anatra
2 cucchiai	di olio vegetale
4 cucchiai	Salsa Teriyaki BBQ in Stile Coreano Kikkoman
0,5	lime
4	foglie di lime kaffir (oppure ½ gambo di citronella, tritato molto finemente)
150 g	mango, tagliato a cubetti piccoli
200 g	cetriolo, sbucciato e tagliato a cubetti piccoli
20 g	zenzero o galanga, sbucciato e tritato
1	peperoncino rosso, tritato
3	cipollotti, affettati
0,5 mazzetto	di basilico thailandese, foglie staccate
3 cucchiai	Ponzu - Miscela di Salsa di Soia, Aceto e Aroma di Limone Kikkoman

PREPARAZIONE

Passaggio 1

200 g petto d'anatra - **2 cucchiai** di olio vegetale - **2 cucchiai** Salsa Teriyaki BBQ in Stile Coreano Kikkoman

Incidi la pelle del petto d'anatra longitudinalmente e trasversalmente a intervalli di 5 mm. Cuoci con la pelle rivolta verso il basso in una padella o sulla griglia a fuoco medio per 12 minuti, fino a ottenere una doratura croccante. Spennella con la Salsa Teriyaki BBQ in Stile Coreano Kikkoman, gira il petto, spennella di nuovo e cuoci per altri 4 minuti, girando due volte e spennellando ogni volta. Lascia riposare in una ciotola.

Passaggio 2

0,5 lime - **4** foglie di lime kaffir (oppure ½ gambo di citronella, tritato molto finemente)

Pela il lime e taglia a cubetti molto piccoli la polpa. Rimuovi la vena centrale dalle foglie di lime kaffir e affettale il più finemente possibile.

Passaggio 3

150 g mango, tagliato a cubetti piccoli - **200 g** cetriolo, sbucciato e tagliato a cubetti piccoli - **20 g** zenzero o galanga, sbucciato e tritato - **1** peperoncino rosso, tritato - **3** cipollotti, affettati - **0,5 mazzetto** di basilico thailandese, foglie staccate - **3 cucchiai** Ponzu - Miscela di Salsa di Soia, Aceto e Aroma di Limone Kikkoman

Mescola il lime e le foglie di lime kaffir con gli altri ingredienti e la Salsa di Soia Ponzu Kikkoman.

Passaggio 4

2 cucchiai Salsa Teriyaki BBQ in Stile Coreano Kikkoman

Taglia il petto d'anatra longitudinalmente e poi a strisce. Rimettilo nella ciotola, condisci con la Salsa

Teriyaki BBQ in Stile Coreano Kikkoman e mescola delicatamente con l'insalata.