KIKKOMAN

Lecca-lecca di pollo

Tempo totale **190 Min** **20 Min** Tempo di preparazione **120 Min** Tempo di marinatura **50 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):
1.904 kJ / 455 kcal

Grassi: **17 g** Proteine: **3 g**
Carboidrati: **2 g**

INGREDIENTI

4 Porzioni

12	cosce di pollo
3 cucchiai	di senape di Digione
1 cucchiaino	di olio di colza
2 cucchiai	Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman
	sale e pepe appena macinato
1 mazzetto	di cipollotti
3 cucchiai	di semi di sesamo bianco

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Rimuovere la pelle dalle cosce di pollo e tagliare i tendini lungo l'osso. Spingere la carne verso il basso con il pollice e l'indice in modo che le cosce possano essere tenute dall'osso, come un lecca-lecca.

Passaggio 2

Unire la senape, l'olio e la salsa di soia Kikkoman. Spennellare i lecca-lecca di pollo con la miscela. Lasciare marinare per alcune ore o tutta la notte. Condire con sale e pepe 30 minuti prima di grigliare.

Passaggio 3

Preparare la griglia per la cottura indiretta e preriscaldare a 180-200°C. Mettere i lecca-lecca nella zona di cottura indiretta e grigliare per circa 50 minuti.

Passaggio 4

Nel frattempo, lavare i cipollotti e rosolarli interi a fuoco diretto.

Passaggio 5

Prima che finiscano di grigliare, spennellare di nuovo i lecca-lecca con la marinatura e cospargerli di semi di sesamo. Finire di arrostire e servire con i cipollotti.