

Seppia fritta con salsa di soia dolce

Tempo totale **30 Min**

Valori nutrizionali (per porzione):
1727 kJ / 412 kcal

Grassi: **18,8 g** Proteine: **26,1 g**
Carboidrati: **30,2 g**

INGREDIENTI

4 Porzioni

0,33 di erba cipollina

mazzetto

600 g di seppia
fecola di patate
olio per friggere

Per la salsa di soia dolce:

200 ml di brodo di kombu

100 ml di mirin

7 cucchiaini Salsa di Soia a
Fermentazione Naturale
Kikkoman

2 cucchiaini di zucchero

10 g di fecola di patate

30 ml d'acqua

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Per la salsa di soia dolce, cuocere insieme in una pentola il brodo di Konbu, mirin, la salsa di soia a fermentazione naturale e lo zucchero. Per l'acqua di fecola di patate, mescolare l'acqua e la fecola di patate. Unire la salsa all'acqua di fecola di patate.

Passaggio 2

Tagliare poi l'erba cipollina ad anelli sottili. Pulire la seppia e tagliare la parte superiore ad anelli di 7-8 mm di spessore. Tagliare i tentacoli in pezzi lunghi di circa 4 cm. Spolverare la fecola di patate sui pezzi di seppia e friggere in olio caldo a 170 °C. Impiattare la seppia fritta e versare la salsa di soia dolce al di sopra. Cospargere gli anelli di erba cipollina.