KIKKOMAN

Okonomiyaki com chucrute e molho de passas picante

Tempo total **30 Mins.** **15 Mins.** Tempo de preparação **15 Mins.** Tempo de confeção

Informação nutricional (por porção)
3.186 kJ / 761 kcal

Gorduras totais: **32,6 g** Proteína: **20,6 g**
Hidratos de carbono: **94,6 g**

INGREDIENTES

2 Porções

Okonomiyaki:

1	ovo
200 g	de chucrute
150 g	de farinha de trigo
150 ml	de água
1 colheres de chá	de sementes de cominho
1 colheres de chá	de fermento em pó
50 ml	de óleo de colza

Molho:

1 colheres de sopa	de gengibre em conserva
4 colheres de sopa	de ketchup
1 colheres de sopa	de molho Worcestershire biológico
1 colheres de chá	de mel
2 colheres de sopa	Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente
50 g	de passas de uva
1 colheres de sopa	de malagueta fresca

Guarnição:

1 colheres de sopa	de cebolinha picada
1 colheres de sopa	de sementes de sésamo
1 colheres de sopa	de nori fatiado

PREPARAÇÃO

Passo 1

1 ovo - **150 g** de farinha de trigo - **150 ml** de água - **1 colheres de chá** de sementes de cominho - **1 colheres de chá** de fermento em pó - **200 g** de chucrute - **50 ml** de óleo de colza
Pique bem o chucrute. Misture os ovos com a farinha, a água, as sementes de cominho e o fermento em pó e, em seguida, adicione o chucrute picado. Forme panquecas okonomiyaki com a mistura e frite-as em óleo quente durante cerca de 5 minutos de cada lado.

Passo 2

1 colheres de sopa de gengibre em conserva - **4 colheres de sopa** de ketchup - **1 colheres de sopa** de molho Worcestershire biológico - **1 colheres de chá** de mel - **2 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente - **50 g** de passas de uva - **1 colheres de sopa** de malagueta fresca - **1 colheres de sopa** de cebolinha picada - **1 colheres de sopa** de nori fatiado - **1 colheres de sopa** de sementes de sésamo
Pique bem o gengibre em conserva e a malagueta e misture com os restantes ingredientes para o molho.

Coloque as panquecas fritas num prato e decore com o molho, a cebolinha, o nori e as sementes de sésamo.