

# Бань ми: вьетнамский сэндвич со свиной

Общее время 45 min мин 20 мин Время подготовки 10 мин Время приготовления 15 мин Время маринования

Пищевая ценность (на порцию):  
3 185 кДж / 761 ккал

Жиры: 41,6 г Белки: 28,7 г  
Углеводы: 66,4 г

## ИНГРЕДИЕНТЫ

2 порции

200 г	свиной грудинки или лопатки (кусочки толщиной 1–2 см)
1	стебель лемонграсса
2 ст. л.	<u>вок-соуса Терияки Kikkoman с обжаренным чесноком</u>
1 ч. л.	<u>приправы Kikkoman для суши</u>
2 ч. л.	рыбного соуса
1 ч. л.	кокосового сахара (или коричневого сахара)
2 щепотки	черного перца
80 г	дайкона
20 г	моркови
2 ч. л.	сахара
1 ст. л.	<u>приправы Kikkoman для суши</u>
2 ч. л.	сока лайма
1 ст. л.	воды
1	маленький огурец
	Свежая зелень по вкусу (кинза, укроп, мята)
2 ст. л.	майонеза
2	маленьких багета

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ

### Шаг 1

**200 г** свиной грудинки или лопатки (кусочки толщиной 1–2 см) - **1** стебель лемонграсса - **2 ст. л. вок-соуса Терияки Kikkoman с обжаренным чесноком** - **1 ч. л. приправы Kikkoman для суши** - **2 ч. л. рыбного соуса** - **1 ч. л. кокосового сахара** (или коричневого сахара) - **2 щепотки** черного перца

Мелко нарежьте нижнюю треть (у корня) лемонграсса. Смешайте лемонграсс с вок-соусом Терияки Kikkoman, приправой Kikkoman для суши, рыбным соусом, кокосовым сахаром и черным перцем. Маринуйте свинину около 15 минут.

### Шаг 2

**80 г** дайкона - **20 г** моркови - **2 ч. л. сахара** - **1 ст. л. приправы Kikkoman для суши** - **2 ч. л. сока лайма** - **1 ст. л. воды**

Нарежьте дайкон и морковь тонкой соломкой. Посыпьте сахаром и хорошо втирайте. Оставьте на 15 минут, чтобы вышла влага. Отожмите лишнюю жидкость. Замаринуйте с приправой Kikkoman для суши, соком лайма и водой.

### Шаг 3

**1** маленький огурец - Свежая зелень по вкусу (кинза, укроп, мята)  
Нарежьте огурец тонкими слайсами вдоль. Нарежьте зелень.

### Шаг 4

**2** маленьких багета  
Запеките замаринованную свинину из шага 1 в

духовке при температуре 230°C (режим «Гриль») в течение примерно 8 минут, пока она не приобретет карамельный оттенок и не прожарится до готовности. Выньте свинину. Разрежьте багеты пополам, не дорезая до конца. Подогрейте их в духовке примерно 2 минуты.

#### **Шаг 5**

Запеченная свинина - Маринованные морковь и дайкон - Огурец слайсами - Нарезанная зелень - **2 ст. л.** майонеза

Нарежьте запеченную свинину слайсами. Смажьте внутреннюю часть багетов майонезом. Наполните в следующем порядке: огурец, свинина, морковь и дайкон, зелень. Подавайте сразу же.