

# Котлетки из креветок

Пищевая ценность (на порцию):  
**538 кДж / 129 ккал**

Жиры: **9 г** Белки: **7,5 г**  
Углеводы: **4,2 г**

## ИНГРЕДИЕНТ

### Ы

4 порции

- |                  |  |
|------------------|--|
| <b>1</b>         | лист нори (сушеные морские водоросли)              |
| <b>200 г</b>     | креветок (белых тигровых, замороженных или свежих) |
| <b>40 г</b>      | репчатого лука                                     |
| <b>1 щепотка</b> | картофельного крахмала или кукурузной муки         |
|                  | растительный жир для обжаривания во фритюре        |
|                  | Барбекю-соус Терияки Kikkoman с медом              |
| <b>1 щепотка</b> | майонеза   |
|                  | специя шичими ("7 вкусов") или чили                |

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ

### Шаг 1

Разрезать лист нори на части размером 6 x 4 см. Почистить креветки и удалить кишечную вену. Затем порезать их на кусочки и смешать для получения фарша сурими.

### Шаг 2

Очищенный репчатый лук мелко измельчить и посыпать крахмалом. Репчатый лук положить в чашку, добавить фарш сурими, хорошо перемешать. Из массы сделать маленькие котлетки (каждая примерно 20 г). Каждую котлетку завернуть в лист нори. Затем обвалять в крахмале и при температуре 170° С обжарить во фритюре.

### Шаг 3

Сервировать Барбекю-соус Teriyaki с медом майонезом и шичими, затем горячими подать на стол.