

Cordon-Bleu vom weißen Spargel

Gesamtzeit **30 Min.** 20 Min. Vorbereitungszeit 10 Min. Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
3.050 kJ / 730 kcal

Fett: **46 g** Eiweiß: **33 g**
Kohlenhydrate: **43 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

400 g	weißer Spargel
750 ml	Wasser
0,5 TL	Salz
2 EL	<u>Kikkoman Teriyaki Wok Sauce mit geröstetem Knoblauch</u>
150 g	Prosciutto cotto, in Scheiben
100 g	Gouda oder Gruyère, in Scheiben
3 EL	Mayonnaise
1,5 EL	<u>Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack</u>
0,5 EL	<u>Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce</u>
50 g	Weizenmehl
100 g	<u>Kikkoman Panko - Knuspriges Paniermehl nach japanischer Art</u>
2	Eier
3 EL	Rapsöl

ZUBEREITUNG

Schritt 1

400 g weißer Spargel - **750 ml** Wasser - **0,5 TL** Salz - **2 EL** Kikkoman Teriyaki Wok Sauce mit geröstetem Knoblauch
Spargel gründlich schälen und die holzigen Enden abbrechen. In leicht gesalzenem Wasser 3–4 Minuten blanchieren, dann gut abtropfen lassen. Kikkoman Teriyaki Wok Sauce Knoblauch in eine Schüssel geben, den Spargel hinzufügen und gut vermengen. Etwa 5 Minuten ziehen lassen. Eine Pfanne erhitzen, den Spargel mit der Marinade hinzufügen und unter ständigem Rühren 2–3 Minuten braten. Zum Abkühlen beiseitestellen.

Schritt 2

150 g Prosciutto cotto, in Scheiben - **100 g** Gouda oder Gruyère, in Scheiben
Eine Scheibe Schinken auf ein Schneidebrett legen und mit einer Scheibe Käse belegen. 2–3 Spargelstangen darauflegen, überschüssige Marinade mit Küchenpapier abtupfen und dann fest aufrollen. Bei Bedarf die Ränder mit Zahnstochern fixieren.

Schritt 3

3 EL Mayonnaise - **1,5 EL** Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack - **0,5 EL** Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce - **50 g** Weizenmehl - **100 g** Kikkoman Panko - Knuspriges Paniermehl nach japanischer Art - **2** Eier - **3 EL** Rapsöl
Mayonnaise mit Kikkoman Ponzu Zitrone und Kikkoman Sojasauce glatt zu einem Dip verrühren. Mehl, geschlagene Eier und Kikkoman Panko in drei separate Schüsseln geben. Die Spargelröllchen erst

in Mehl, dann in Ei und zum Schluss in Kikkoman Panko wenden. In Rapsöl von allen Seiten goldbraun braten. Vor dem Servieren die Zahnstocher entfernen und den Dip dazu reichen.