

Gefüllte Lauch-Rollen

Kalorien pro Portion **45**



Zutaten für 4 Personen

1 Poree
150 g Hackfleisch
1,5 TL Kikkoman Teriyaki Marinade
0,25 Msp Pfeffer
1,25 TL Pflanzenöl

- I
1. Lauchstangen in gleich große Stücke schneiden (circa 10 Zentimeter)
 2. Mittleren Teil der Stangen mit dem Finger raus drücken. (den rausgedrückten Teil der Lauchstangen fein schneiden und z.B. in Salat verarbeiten)
 3. Hackfleisch oder Sojahack mit Teriyaki-Sauce und Pfeffer vermischen
 4. Lauchstangen mit dem Hack oder Sojahack füllen
 5. Mit Pflanzenöl bestreichen
 6. Auf den Grill legen und 8-10 Minuten grillen

Guten Appetit!