

Kohltaschen

Zubereitungszeit **25 Minuten**

Kalorien pro Portion **179**



Zutaten für 4 Personen

1 Weißkohl
1/2 Auberginen
5 TL Kikkoman Teriyaki Sauce mit geröstetem
Knoblauch
3 Tomaten
80 g Schafskäse
160 g Glasnudeln

|

1. 16 Weißkohl-Blätter kurz in Salzwasser blanchieren
2. Eine halbe Aubergine fein würfeln.
3. Mit der Kikkoman Teriyaki Sauce mit geröstetem Knoblauch übergießen.
4. Zwei Kohlblätter zusammen legen, so dass sie sich an den Kanten überschneiden.
5. Eine Scheibe Tomate in die Mitte legen.
6. Darauf den Auberginen-Mix schichten, danach etwas feta-Käse, Glasnudeln und wieder eine Scheibe Tomate.
7. Mit etwas Teriyaki begießen.
8. Die Kohlblätter zu einem Päckchen falten.

9. Vier bis sechs Minuten grillen.

Guten Appetit!