KIKKOMAN

Viegli pagatavojams medū glazēts šķiņķis

Kopējais laiks **70 min.** **10 min.** sagatavošanas laiks **60 min.** gatavošanas laiks

Uzturvērtība (uz porciju):
1.873 kJ / 448 kcal

Tauki: **21,20 g** Olbaltumvielas: **35,80 g**
Ogļhidrāti: **30,40 g**

SASTĀVDAĻA

4 Porcijas

700 g	viegli sālīta šķiņķa ar ādu
150 g	medus
60 g	sviesta
3 ēdamk.	Kikkoman Sojas mērce
15	krustnagliņu

PAGATAVOŠANA

Solis 1

Sakarsē cepeškrāsni līdz 165 °C.

Solis 2

Iegriez šķiņķa ādu rombveida rakstā un liec cepamtraukā. Iespraud iegriezumos krustnagliņas.

Solis 3

Izkausē sviestu un sajauc to ar medu un Kikkoman sojas mērci.

Solis 4

Cep šķiņķi cepamtraukā apmēram 35 minūtes, cepšanas laikā pāris reizes pārziežot ar marinādi.

Solis 5

Nobeigumā palielini cepeškrāsns temperatūru līdz 200 °C, lai šķiņķis iegūtu izteiksmīgāku krāsu.