

Edamame

Toplam 11 dk

Hazırlık · Pişirme 6 dk

4 kişilik

Kolay

~190 kcal

Açıklama 14/10

Kabuklu soya fasulyesinin tuzlu suda haşlandıktan sonra sade Japon atışmasıdır.

Malzemeler

- 500 gr Kabuklu edamame
- 1.5 litre Su
- 1 yemek kaşığı Tuz
- 0.5 adet Limon

Yapılış

1. Suyu geniş tencerede kaynatın tuzu tamamen çözünene kadar karıştırın.
2. Kabuklu edamameyi kaynar suya atıp parlak yeşil kalana kadar 4-5 dakika haşlayın.
3. Baklaları süzün, limon suyunu üstüne gezdirip 2 dakika dinlendirin.
4. Kabukları soyarak ya da kabuklu halde servis edin.

PÜF NOKTASI

Edamameyi fazla haşlamayın taneler parlak yeşil ve diri kalsın.

SERVIS ÖNERİSİ

Deniz tuzu ve limonla servis edin.

Alerjenler

Soya