

# Pržene lignje s teriyaki umakom



VRIJEME PRIPREME  
< 30 min



BROJ PORCIJA  
2

## Sastojci

- 10 lignji
- 2 žlice teriyaki umaka
- 3 žličice umaka od kamenica
- 1 žličica šećera
- 2 češnja češnjaka
- komadić sitno narezanog đumbira
- sezamovo ulje



## Skeniraj za prikaz na web stranici



Lignje očistiti i posušiti.

U zagrijanu tavu stavite sezamovo ulje i pržite lignje, nakon 2-3 minute dodajte šećer, teriyaki umak, češnjak, đumbir i umak od kamenica. Sve kratko pecite na umjerenj vatri dok lignje ne postanu mekane, a po potrebi dodajte i malo vode.

Poslužite sa zelenom salatnom, tanko nasjeckanom mrkvom i lukom te rižinim klicama.