

Grillede asparges med jordbær

total tid **15 min.** **15 min.** koketid

Næringsinnhold (per porsjon):
937 kJ / 224 kcal

Fett: **14 g** Protein: **8 g**
Karbohydrater: **19 g**

INGREDIENSER

4 porsjoner

500 g grønne asparges
250 g saftige jordbær
1 ss sesamfrø
1 ts olivenolje
En klype pepper
Fersk peppermynte

Dressing

2 ss olivenolje
1 ss Kikkoman Naturlig
Brygget Soyasaus
2 ss hakket gressløk

TILBEREDNING

Steg 1

Fordel olivenolje over vaskede asparges og krydre med pepper. Grill i cirka 5 minutter.

Steg 2

I mellomtiden rister du sesamfrø i stekepannen, skjær jordbær i skiver og bland olivenoljen sammen med soyasaus og hakket gressløk.

Steg 3

Server den ferdige aspargesen med jordbær og friske peppermynteblad. Hell på dressingen og strø over sesamfrø.