KIKKOMAN

Grønnkålsalat med stekte rødbeter & feta

total tid **8 min.** **8 min.** tilberedningstid

Næringsinnhold (per porsjon):
1.139 kJ / 272 kcal

Fett: **6,7 g** Protein: **7,5 g**
Karbohydrater: **44 g**

INGREDIENSER

2 porsjoner

80 g	grønnkål
1 bunt	persille
2	rødbeter
1	granateple
3 ss	jumborosiner
30 g	valnøtter
50 g	fetaost
1 ss	olivenolje
2 ss	Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus
1 ss	agavesirup
1 ss	sitronsaft
1 ts	tørket timian
1 ts	malt spisskummen

TILBEREDNING

Steg 1

80 g grønnkål - **1 bunt** persille - **2** rødbeter - **1** granateple - **3 ss** jumborosiner - **30** valnøtter - **50 g** fetaost
Vask grønnkålen og grovhakk den sammen med persillen. Stek rødbetene: pakk dem i aluminiumsfolie og stek i ovnen ved 200 °C i 1 time eller til de er myke. Fjern skallet, la dem avkjøle seg, og skjær dem i store terninger. Bland med persille, grønnkål, rosiner, granateplekjerner, valnøtter og smuldret fetaost.

Steg 2

1 ss olivenolje - **2 ss** Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus - **1 ss** agavesirup - **1 ss** sitronsaft - **1 ts** tørket timian - **1 ts** malt spisskummen
Visp sammen ingrediensene til dressingen og hell den over salaten rett før servering.