KIKKOMAN

Pålegg av paprika, chili og kremete feta

total tid **40 min.** **5 min.** tilberedningstid **25 min.** koketid **10 min.** hviletid

Næringsinnhold (per porsjon):
866 kJ / 207 kcal

Fett: **17,3 g** Protein: **7,7 g**
Karbohydrater: **5,2 g**

INGREDIENSER

4 porsjoner

1	rød paprika
200 g	fetaost
0,3 dl	Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus
0,3 dl	olivenolje
0,2 dl	sitronsaft
2	fedd hvitløk
1 klype	chiliflak

TILBEREDNING

Steg 1

Drypp olivenolje på paprikaen og stek i ovnen ved 210 °C i ca. 25 minutter, til skallet begynner å bli brunt.

Steg 2

Ha paprikaen over i en bolle, dekk til med en tallerken og la den hvile i 10 minutter. Da damper den, og skallet blir lettere å fjerne. Del paprikaen i to, fjern frøene og trekk av skallet.

Steg 3

Ha fetaost, hvitløk, sitronsaft og ovnsstekt paprika i en foodprosessor. Tilsett Kikkoman Soyasaus og kjør til en jevn blanding.

Steg 4

Garneres med chiliflak og serveres som dipp til grønnsaker eller som pålegg på brød