

# Som tam: enkel thailandsk papayasalat

total tid **20 min min.** 10 min. tilberedningstid 10 min. koketid

Næringsinnhold (per porsjon):  
**640 kJ / 153 kcal**

Fett: **5,2 g** Protein: **3,2 g**  
Karbohydrater: **24,8 g**

## INGREDIENSER

2 porsjoner

|              |  |
|--------------|--|
| <b>2 ss</b>  | kokossukker (eller brunt sukker)                           |
| <b>1</b>     | fedd hvitløk   |
| <b>2 ss</b>  | <u>Kikkoman Naturlig Brygget Tamari Glutenfri Soyasaus</u> |
| <b>2 ss</b>  | limesaft   |
| <b>100 g</b> | grønn papaya (ev. umoden eller grønn mango)                |
| <b>100 g</b> | knutekål   |
| <b>50 g</b>  | gulrot   |
| <b>50 g</b>  | brekkbønner (forkokt, skåret i 2,5 cm lange biter)         |
| <b>0,5</b>   | rød chili  |
| <b>3</b>     | kvister koriander  |
| <b>2 ss</b>  | ristede nøtter, knust (peanøtter eller cashewnøtter)       |

## TILBEREDNING

### Steg 1

**100 g** grønn papaya (ev. umoden eller grønn mango) - **100 g** knutekål - **50 g** gulrot - **0,5** rød chili - **3** kvister koriander

Skjær papayaen på langs, skrell den, ta ut frøene, og skjær den i julienne. Skjær knutekål og gulrot i julienne tilsvarende papayen. Skjær chilien i tynne ringer. Finhakk korianderen.

### Steg 2

**2 ss** kokossukker (eller brunt sukker) - **1** fedd hvitløk - **2 ss** Kikkoman Naturlig Brygget Tamari Glutenfri Soyasaus - **2 ss** limesaft

Ha sukkeret i en bolle. Tilsett hvitløken og knus med en morter til den er godt blandet med sukkeret. Tilsett deretter Kikkoman Glutenfri Soyasaus og limesaft. Bland alt grundig.

### Steg 3

Tilbered knutekål og gulrot - Tilbered dressing  
Ha knutekål og gulrot i bollen fra steg 2. Støt dem lett med en morter for å myke opp fibre mens du overtrekker dem jevnt med dressing.

### Steg 4

Tilberedt papaya - Tilberedt rød chili - **50 g** brekkbønner (forkokt, skåret i 2,5 cm lange biter) - **2 ss** ristede nøtter, knust - Hakket koriander  
Når knutekålen er blitt litt mør, tilsetter du papaya, rød chili, brekkbønner og halvparten av de knuste nøttene. Bland forsiktig og ha over på et serveringsfat. Topp med resten av nøttene og koriander.