

Sommerlig sitrussalat med couscous

total tid **20 min.** 20 min. tilberedningstid

Næringsinnhold (per porsjon):
3536 kJ / 884 kcal

Fett: **38 g** Protein: **28 g**
Karbohydrater: **118 g**

INGREDIENSE

R

2 porsjoner

100 g	couscous
2 ss	olivenolje
3 ss	Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer
0,5	agurk
0,5	rød paprika
2	fedd hvitløk
1 håndfull	persilleblader
1 håndfull	mynteblader
0,5 bunt	vårløk
200 g	steinfrie druer
2 ss	ristede solsikkekjerner
2	soltørkede tomater
8	cherrytomater i forskjellige farger
	salt og pepper til smak
1 ss	Kikkoman en Blanding av Soyasaus, eddik og Sitronaromaer

TILBEREDNING

Steg 1

Ha couscousen i en bolle. Tilsett olivenolje og Kikkoman Ponzu Sitron Soyasaus og rør godt sammen. Hell på kokende vann til det når cirka 1 cm over couscousen. Dekk bollen med plastfolie. La stå i 15 minutter.

Steg 2

Del druene og tomatene i to. Hakk vårløk og hvitløk. Skjær agurken og paprikaen i terninger. Skjær de soltørkede tomatene i strimler.

Steg 3

Rør den bløtlagte couscousen med en gaffel for å gjøre den luftig.

Steg 4

Tilsett druer og begge tomattypene. Tilsett vårløk og hvitløk og bland godt. Tilsett paprika, solsikkekjerner, agurk og urter.

Steg 5

Bland godt, og krydre med Kikkoman Ponzu Sitron Soyasaus og svart pepper om det trengs.