

# Stekt rødbetsalat med ricotta

total tid **60 min.** 10 min. tilberedningstid 50 min. koketid

Næringsinnhold (per porsjon):  
**1.260 kJ / 300 kcal**

Fett: **14 g** Protein: **10 g**  
Karbohydrater: **32,0 g**

## INGREDIENSER

2 porsjoner

**360 g** rødbeter  
**20 g** syltet ingefær  
**1** fedd hvitløk  
**0,2 dl** Kikkoman Saus Til Poke Bowl Basert På Soyasaus Og Sesamolje  
**10 g** honning  
**100 g** ricotta  
**2 håndfull** rucola  
**2 håndfull** spinat  
**1 ss** svarte sesamfrø  
Noen mynteblader, til garnityr

## TILBEREDNING

### Steg 1

**360 g** rødbeter

Vask rødbetene, pakk i folie og stek i 45–50 minutter på grillen til de er møre, eller i ovnen ved 180–200 °C.

### Steg 2

**20 g** syltet ingefær - **1** fedd hvitløk - **0,2 dl** Kikkoman Saus Til Poke Bowl Basert På Soyasaus Og Sesamolje - **10 g** honning  
Finhakk ingefær og hvitløk og kombiner dem med Kikkoman Poke Sauce og honning for å lage dressingen.

### Steg 3

**100 g** ricotta - **2 håndfull** rucola - **2 håndfull** spinat - **1 ss** svarte sesamfrø - Noen mynteblader, til garnityr  
Skjær de stekte rødbetene i båter og anrett dem på en tallerken. Bryt ricottaen i små biter og legg dem på toppen, og spre rucola og spinat øverst. Ringle over dressing, garner med mynteblader, og dryss over sesamfrø.