

# Varm salat med stekte grønnsaker og valnøtter

total tid **35 min.** 15 min. tilberedningstid 20 min. koketid

Næringsinnhold (per porsjon):  
**3558 kJ / 850 kcal**

Fett: **46 g** Protein: **27 g**  
Karbohydrater: **63 g**

## INGREDIENSE

### R

2 porsjoner

|                |                                    |
|----------------|------------------------------------|
| <b>8</b>       | gulrøtter                          |
| <b>4</b>       | pastinakker                        |
| <b>4</b>       | vårløk                             |
| <b>0,5</b>     | hvitløkshode                       |
| <b>2 ss</b>    | olivenolje                         |
| <b>4 ss</b>    | Kikkoman Teriyaki Marinade         |
| <b>2 ss</b>    | fersk timian                       |
| <b>1</b>       | kvist rosmarin                     |
| <b>70 g</b>    | valnøtter                          |
| <b>2 ss</b>    | honning                            |
| <b>2 ss</b>    | Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus |
| <b>2 klype</b> | pepper                             |
| <b>1</b>       | hode romanosalat                   |
| <b>70 g</b>    | blåmuggost                         |

## TILBEREDNING

### Steg 1

**8** gulrøtter - **4** pastinakker - **4** vårløk - **0,5** hvitløkshode - **2 ss** olivenolje - **4 ss** Kikkoman Teriyaki Marinade - **2 ss** fersk timian - **1** kvist rosmarin  
Forvarm ovnen til 190 °C. Del gulrøttene, pastinakkene og vårløkene i to på langs og skrell hvitløken. Vend inn olivenolje og Teriyaki-Marinade. Legg alt på et stekebrett, dryss over hakkede urter og bak i 20 minutter. La det avkjøle seg litt etterpå.

### Steg 2

**70 g** valnøtter - **2 ss** honning - **2 ss** Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus - **2 klype** pepper  
I mellomtiden, tørrist valnøttene i en stekepanne. Bland honning med soyasaus og pepper, og hell det over valnøttene. Rør om iblant til de er karamellisert.

### Steg 3

**1** hode romanosalat - **70 g** blåmuggost  
Ha salatbladene i en bolle og legg de stekte grønnsakene og valnøttene på toppen. Dryss over revet ost og server.