

Glödbakad potatis med röd paprikasalsa

Total tid **60 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse **50 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):

1.420 kJ / 340 kcal

Fett: **14 g** Protein: **9 g**

Kolhydrater: **42 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

400 g potatis
30 ml rapsolja
2 röda paprikor
2 vitlöksklyftor, hackade
20 ml Kikkoman naturligt bryggd sojasås
10 ml citronjuice
120 g kokta kikärter
Några koriander- eller persiljeblad (hela)

FÖRBEREDELSE

Steg 1

400 g potatis - **30 ml** rapsolja

Ringla rapsolja över potatisen, linda in den i folie och lägg den i glöden vid lägerelden i cirka 40 minuter.

Steg 2

2 röda paprikor

Rosta paprikorna över elden, lägg dem sedan i en skål, täck över ordentligt och låt dem stå i 10 minuter innan du skalar dem.

Steg 3

2 vitlöksklyftor, hackade - **20 ml** Kikkoman naturligt bryggd sojasås - **10 ml** citronjuice - **120 g** kokta kikärter - Några koriander- eller persiljeblad (hela)

Tärna de rostade paprikorna fint och blanda med den hackade vitlöken, Kikkoman sojasås och citronjuice. Tillsätt kikärtorna och mosa dem lätt med en gaffel. Skär upp de bakade potatisarna, mosa dem lätt och toppa med salsan. Garnera med koriander- eller persiljeblad.