

Picknicklimpa med lammshawarma och vitlökssås

Total tid **80 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse 10 Min. Tillagningstid 60 Min. Tid för marinering

Näringsinnehåll (per portion):

2.300 kJ / 550 kcal

Fett: **31 g** Protein: **30 g**

Kolhydrater: **40 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

200 g	lammskuldra, tunt skivad
2	vitlösklyftor, hackade
2 msk	naturell yoghurt
1 msk	citronjuice
1 msk	olivolja
1 tsk	malen spiskummin
1 tsk	paprikapulver
0,5 tsk	mald koriander
0,5 tsk	mald kanel
4 msk	<u>Kikkoman naturligt bryggd sojasås</u>

För den rostade vitlökssåsen:

0,5	lök vitlök
1 nypa	salt
2 msk	<u>Kikkoman Teriyaki woksås med rostad vitlök</u>
2 msk	olivolja
2 msk	grekisk yoghurt

Ytterligare ingredienser:

1	liten skiva bröd
50 g	färsk spenat
80 g	labneh ost
60 g	blandade nötter (t.ex. mandel, valnötter eller cashewnötter), hackade

FÖRBEREDELSE

Steg 1

200 g lammskuldra, tunt skivad - **2** vitlösklyftor, hackade - **2 msk** naturell yoghurt - **1 msk** citronjuice - **1 msk** olivolja - **1 tsk** malen spiskummin - **1 tsk** paprikapulver - **0,5 tsk** mald koriander - **0,5 tsk** mald kanel - **4 msk** Kikkoman naturligt bryggd sojasås

Blanda vitlök, naturell yoghurt, citronjuice, olivolja, mald spiskummin, paprikapulver, mald koriander, mald kanel och Kikkoman sojasås i en skål. Lägg till den tunt skivade lammskuldran, täck jämnt och ställ i kylen i minst 1 timme. Hetta upp oljan i en kastrull på hög värme. Stek de marinerade lammskivorna i 5–7 minuter tills de fått färg och är genomstekta. Ställ åt sidan.

Steg 2

0,5 vitlök - **1 nypa** salt - **2 msk** Kikkoman Teriyaki woksås med rostad vitlök - **2 msk** olivolja - **2 msk** grekisk yoghurt

Värm ugnen till 200 °C. Skär toppen av den halverade vitlöken och ringla över olivolja och en nypa salt. Slå in i folie och rosta i 30-40 minuter tills den är gyllenbrun och mjuk. När den svalnat, krama ur och mosa klyftorna. Blanda i Kikkoman Teriyaki-såsen vitlök och den grekiska yoghurten.

Steg 3

1 litet bröd - **50 g** färsk spenat - **80 g** labneh ost - **60 g** blandade nötter (t.ex. mandel, valnötter eller cashewnötter), hackade

Skär av toppen av limpan och gröp ur brödmassan, lämna kvar en 'skål' och ett 'lock'. Bred ut den rostade vitlökssåsen över botten av brödsålen. Lägg den kokta lammshawarman, labneh-osten,

färska spenatblad och hackade blandade nötter ovanpå. Sätt tillbaka toppen på limpan, slå in den tätt i smörpapper eller folie för transport och skär den i portionsbitar för servering.