KIKKOMAN

Pumpagryta med pasta och nori

Total tid **60 Min.** **20 Min.** Tid för förberedelse **40 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
1.641 kJ / 392 kcal

Fett: **30,3 g** Protein: **33,2 g**
Kolhydrater: **66,4 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

Pasta:

120 g	kort pasta, t.ex. penne eller små makaroner

Sås:

120 g	Hokkaido pumpa
300 ml	mjölk
10 g	gul currypasta
40 g	smör
25 g	vetemjöl
50 ml	Kikkoman naturligt bryggd sojasås
75 g	cheddarost
50 g	hård mozzarellaost

Garnering:

1	ark nori
1 tsk	svarta sesamfrön
1 tsk	koriander

FÖRBEREDELSE

Steg 1

120 g kort pasta, t.ex. penne eller små makaroner
Koka pastan al dente enligt anvisningarna på förpackningen.

Steg 2

120 g Hokkaido pumpa - **300 ml** mjölk - **10 g** gul currypasta - **40 g** smör - **25 g** vetemjöl - **50 ml** Kikkoman naturligt bryggd sojasås - **75 g** cheddarost - **50 g** hård mozzarellaost
Riv pumpan på ett grovt rivjärn, blanda med mjölken och currypastan och koka i 5 minuter. Smält smöret i en kastrull och tillsätt mjölet. Stek på låg värme i 2 minuter, rör om ofta. Tillsätt mjölken och pumpan och rör kraftigt tills ingredienserna har blandats väl.
Tillsätt Kikkoman sojasås, riven cheddar och riven mozzarella till såsen. Blanda och värm tills ostarna smält.

Steg 3

Garnering:

1 ark nori - **1 tsk** svarta sesamfrön - **1 tsk** koriander
Blanda såsen från steg 2 med pastan, lägg i en ugnsform och grädda i ca 20 minuter i 200 °C tills den är gyllenbrun.
Krossa nori-arken. Servera portionsvis på ett fat och garnera med de krossade nori-arken, svarta sesamfrön och koriander.