KIKKOMAN

Ramen i en låda

Total tid **15 Min.** **10 Min.** Tid för förberedelse **5 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
1.017 kJ / 243 kcal

Fett: **8 g** Protein: **11,1 g**
Kolhydrater: **33,6 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

1 tsk	misopasta
1 tsk	grönsaksfond koncentrat
2 tsk	Kikkoman rostad sesamolja
1 tsk	sriracha
2 tsk	Kikkoman naturligt bryggd sojasås
0,25 tsk	mald ingefära
0,25 tsk	chilipulver
100 g	pak choi
0,5	morot
100 g	tofu
50 g	skalade sojabönor
100 g	snabbnudlar (ramen)

FÖRBEREDELSE

Steg 1

1 tsk misopasta - **1 tsk** grönsaksfond koncentrat - **2 tsk** Kikkoman rostad sesamolja - **1 tsk** sriracha - **2 tsk** Kikkoman naturligt bryggd sojasås - **0,25 tsk** mald ingefära - **0,25 tsk** chilipulver
Tillsätt hälften av misopastan, grönsaksbuljongkoncentratet, Kikkoman sesamolja, sirachasås, Kikkoman sojasås, mald ingefära och chilipulver i var och en av matlådorna.

Steg 2

100 g pak choi - **0,5** morot - **100 g** tofu - **50 g** skalade sojabönor - **100 g** snabbnudlar (ramen)
Finhacka pak choi, skär moroten i tunna stavar och tofun i tärningar. Lägg de hackade grönsakerna och tofun i matlådorna. Tillsätt sojabönorna och nudlarna.

Häll kokande vatten över ingredienserna, vänta 5 minuter, rör om, servera sedan.