

Rostad rödbetssallad med ricotta

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

Näringsinnehåll (per portion):

1.260 kJ / 300 kcal

Fett: **14 g** Protein: **10 g**

Kolhydrater: **32,0 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

360 g	rödbeta
20 g	inlagd ingefära
1	vitlösklyfta
20 ml	<u>Kikkoman Sojasås- Och Sesamoljebaserad Sås Till Pokeskål</u>
10 g	honung
100 g	ricotta
2 handfull	ruccola
2 handfull	spenat
1 msk	svarta sesamfrön
	Några myntablad till garnering

FÖRBEREDELSE

Steg 1

360 g rödbetor

Tvätta rödbetorna, linda in dem i folie och grilla dem i 45–50 minuter tills de är mjuka, eller i ugnen på 180–200 °C.

Steg 2

20 g inlagd ingefära - **1** vitlösklyfta - **20 ml** Kikkoman Sojasås- Och Sesamoljebaserad Sås Till Pokeskål - **10 g** honung

Finhacka ingefäran och vitlöken och blanda sedan med Kikkoman-pokesåsen och honungen till en dressing.

Steg 3

100 g ricotta - **2 handfull** ruccola - **2 handfull** spenat - **1 msk** svarta sesamfrön - Några myntablad, till garnering

Skär de rostade rödbetorna i klyftor och lägg dem på en tallrik. Bryt ricottan i små bitar och lägg dem ovanpå, strö sedan över ruccola och spenat. Ringla över dressingen, garnera med myntabladen och strö över sesamfrön.