

Rostade morötter med grapefrukt och fetasallad

Total tid **70 Min.** 15 Min. Tid för förberedelse **55 Min.** Tillagningstid

INGREDIENSER

10 Portioner

Till morötterna:

1,5 kg	färgglada morötter, tvättade, blast
300 g	lök, skivad
100 g	smör
5	lagerblad, färska
2	stjärnanis
2	timjankvistar, tvättade
50 g	honung
500 ml	grönsaksbuljong
100 ml	Kikkoman naturligt bryggd sojasås

Ingredienser till potatispurén:

1,5 kg	mjölig potatis, skalad och tärnad
10	vitlösklyftor, skalade
500 ml	mjölk
100 g	smör
5 g	salt
3 g	muskotnöt

Till salladen:

30 ml	Kikkoman naturligt bryggd sojasås
30 g	honung
30 ml	olivolja
300 g	grapefrukt i klyftor
300 g	fetaost, tärnad
100 g	friséesallat, redo att serveras
20 g	körvel, plockad
100 g	macadamianötter, rostade och saltade

FÖRBEREDELSE

Steg 1

För att förbereda morötterna, klipp blasten till ca. 5 cm. Lägg löken och morötterna på en bakplåt med smör, lagerblad, stjärnanis, timjan och honung och rosta i en förvärm� varmluftsugn på 220 °C i 10-15 minuter tills de är gyllenbruna. Tillsätt grönsaksbuljongen och Kikkoman sojasås och låt koka i ca 10 minuter. Tillagningstiden kan variera beroende på tjockleken på morötterna.

Steg 2

Till purén: koka potatisen och vitlöken i en kastrull på medelvärme i rikligt med saltat vatten i 20-30 minuter tills det är klart. Låt rinna av och tryck ut allt genom en potatispress medan den fortfarande är varm. Koka upp mjölk och smör och rör ner i purén. Krydda med salt och muskotnöt efter smak.

Steg 3

Gör en dressing till salladen med Kikkomans sojasås, honung och olja. Blanda grapefrukt, fetaost, frisésallad, körvel och macadamianötter i en skål och blanda med dressingens.

Steg 4

Skeda upp vitlökspotatismoset på mitten av varje tallrik, arrangera morötterna löst ovanpå, avsluta med salladen och servera.