

Bagna cauda Italiensk hot pot med ansjovis

Total tid **40 Min.** 30 Min. Tid för förberedelse 10 Min. Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
4.310 kJ / 1.030 kcal

Fett: **65 g** Protein: **29 g**
Kolhydrater: **71 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

200 g	blomkål
2	potatisar
80 g	morot
1	kålrot
1	zucchini
1	belgiskt endive
	salladshuvud
1	paprika
8	körsbärstomater
200 g	korv
1	baguette
5	vitlösklyftor
800 ml	mjölk
60 ml	olivolja
60 g	ansjovisfiléer
200 ml	vispgrädde
2 msk	<u>Kikkoman naturligt bryggd sojasås</u>

FÖRBEREDELSE

Steg 1

200 g blomkål - **2** potatisar - **80 g** morot - **1** kålrot - **1** zucchini - **1** belgiskt endive salladshuvud - **1** paprika - **8** körsbärstomater - **200 g** korv - **1** baguette

Dela blomkålen i munsbitsstora buketter. Skala potatisen och skär även den i munsbitsstora delar. Skala och skär moroten i tunna strimlor. Skala kålroten och skär den i 8 klyftor. Skiva zucchini i 1 cm tjocka skivor. Dela den belgiska endivesalladen i individuella blad. Skär paprikan i långa strimlor. Ta bort stjälkarna från körsbärstomaterna. Skär också korvarna i munsbitsstora bitar. Skiva baguetten och rosta tills de är gyllenbruna.

Steg 2

Ångkoka potatis, blomkål, kålrot och morot från steg 1 i 15 minuter.

Steg 3

5 vitlösklyftor - **800 ml** mjölk

Lägg vitlösklyftorna och häll 200 ml mjölk i en liten kastrull. Låt sjuda i cirka 10 minuter tills vitlöken är mycket mjuk. Häll av vattnet genom en sil och spara mjölken till buljongen. Ställ den kokta vitlöken åt sidan.

Steg 4

60 ml olivolja - **60 g** ansjovisfiléer - **200 ml** vispgrädde - **2 msk** Kikkoman naturligt bryggd sojasås

Förbered bagna cauda-buljongen:

Värm olivoljan i en stor kastrull. Tillsätt ansjovisfiléerna och vitlöken från steg 3 och mosa

dem under tillagning tills en slät pasta bildas.
Tillsätt vitlöksmjölken från steg 3, resterande mjölk, vispgrädden och korvarna från steg 1. Låt sjuda försiktigt tills korvarna är genomvärmade och rör sedan i Kikkoman-sojasåsen.

Steg 5

Placera bagna cauda-buljongen mitt på bordet.
Doppa grönsakerna från steg 1 i buljongen och servera med den rostade baguetten från steg 1.