

Burrata smörgås med tomat- & tofupesto

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

Näringsinnehåll (per portion):
3.706 kJ / 886 kcal

Fett: **53 g** Protein: **29,5 g**
Kolhydrater: **68 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

50 ml	vegetabilisk olja
90 g	naturlig tofu, tärnad
15 g	färsk hackad basilika
20 g	skalad mandel
60 ml	<u>Kikkoman Ponzu - en blandning av sojasås, ättika och yuzu-fruktjuice</u>
0,5 tsk	nymalen peppar
1 tsk	tomatpuré
1 tsk	lönnsirap
1	dinkelciabatta
20 g	bladsalladsmix
8	färgglada körsbärstomater, halverade
125 g	burrata
30 g	kokt edamame, skalad

FÖRBEREDELSE

Steg 1

30 ml vegetabilisk olja - **90 g** naturlig tofu, tärnad - **15 g** färsk hackad basilika - **20 g** skalad mandel - **30 ml** Kikkoman Ponzu - en blandning av sojasås, ättika och yuzu-fruktjuice - **0,25 tsk** nymalen peppar
Hetta upp 1 msk olja i en panna och stek tofun i ca. 3 minuter. Purea två tredjedelar av tofun fint med den återstående oljan och övriga ingredienser till en slät massa.

Steg 2

20 ml vegetabilisk olja - **30 ml** Kikkoman Ponzu - en blandning av sojasås, ättika och yuzu-fruktjuice - **1 tsk** tomatpuré - **1 tsk** lönnsirap - **0,25 tsk** nymalen peppar
Blanda alla ingredienser noggrant till en vinäggret.

Steg 3

1 dinkelciabatta - **20 g** bladsalladsmix - **8** färgglada körsbärstomater, halverade - **125 g** burrata - **30 g** kokt edamame, skalad
Skär ciabattalimpan på mitten horisontellt och fördela båda halvorna med tofupeston. På den nedre halvan, arrangera salladsbladen, följt av rivna bitar av burrata. Tillsätt körsbärstomaterna, tofutärningarna och edamamebönorna. Ringla över yuzu-vinägretten och lägg sedan den övre halvan av brödet över fyllningen. Skär på mitten på tvären och servera.