

Kokos- och persikosoppa med fruktspett

Total tid **15 Min.** **15 Min.** Tid för förberedelse

Näringsinnehåll (per portion):
1293 kJ / 311 kcal

Fett: **11,9 g** Protein: **4,5 g**
Kolhydrater: **40,6 g**

INGREDIENSE

R

2 Portioner

3 mogna persikor (eller nektariner)
200 ml persikonektar
100 ml kokosmjölk
2,5 tsk Kikkoman naturligt bryggd sojasås
1,5 tsk citronsaft
0,5 tsk socker
60 g hallon
2 tsk grated or flaked coriven kokos eller kokosflingorconut

Dessutom

små spett

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Persikor: skala, halvera, ta bort kärnorna och skär persikorna i tärningar.

Steg 2

Purea hälften av persikorna med nektar och kokosmjölk och smaka av med Kikkoman sojasås, citronsaft och socker.

Steg 3

Tillsätt hälften av persikotärningarna i soppan och arrangera resten på spett med hallonen.

Steg 4

Fördela soppan i skålar, garnera med kokosflingor och spetten och servera.