

Rökt laxramen med sötpotatis och aubergine

Total tid **30 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse 20 Min. Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):

1.957 kJ / 468 kcal

Fett: **13 g** Protein: **20,8 g**

Kolhydrater: **67,4 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

250 g	sötpotatis (alternativt: 200 g pumpamassa)
150 g	aubergine
1 msk	<u>Kikkoman rostad sesamolja</u>
2,5 msk	<u>Kikkoman naturligt bryggd sojasås</u>
100 g	ramennudlar
3,5 msk	<u>Kikkoman Koncentrerad bas för Ramennudelsoppa - Shoyu (Sojabås) Smak</u>
540 ml	vatten
100 g	rökt lax
2 msk	hackad persilja
2,5	salladslökar

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Tärna den skalade sötpotatisen och auberginen, stek i den upphettade oljan i 5-10 minuter och smaka av med soja. Förbered nudlarna enligt anvisningarna på förpackningen.

Steg 2

Låt ca. 540 ml vatten koka upp i en kastrull, blanda med Ramen Soup basen och dela i 2 skålar. Tillsätt de kokta nudlarna.

Steg 3

Fördela sötpotatis- och aubergineblandningen ovanpå, garnera med rökt lax, persilja och salladslöksringar. Smaklig måltid!