

# Rostad rödbetsallad med ricotta

Total tid **60 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse **50 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):  
**1.260 kJ / 300 kcal**

Fett: **14 g** Protein: **10 g**  
Kolhydrater: **32,0 g**

## INGREDIENSER

2 Portioner

<b>360 g</b>	rödbeta
<b>20 g</b>	inlagd ingefära
<b>1</b>	vitlösklyfta
<b>20 ml</b>	<u>Kikkoman Sojasås- Och Sesamoljebaserad Sås Till Pokeskål</u>
<b>10 g</b>	honung
<b>100 g</b>	ricotta
<b>2 handfull</b>	ruccola
<b>2 handfull</b>	spenat
<b>1 msk</b>	svarta sesamfrön
	Några myntablad till garnering

## FÖRBEREDELSE

### Steg 1

**360 g** rödbetor

Tvätta rödbetorna, linda in dem i folie och grilla dem i 45–50 minuter tills de är mjuka, eller i ugnen på 180–200 °C.

### Steg 2

**20 g** inlagd ingefära - **1** vitlösklyfta - **20 ml** Kikkoman Sojasås- Och Sesamoljebaserad Sås Till Pokeskål - **10 g** honung

Finhacka ingefäran och vitlöken och blanda sedan med Kikkoman-pokesåsen och honungen till en dressing.

### Steg 3

**100 g** ricotta - **2 handfull** ruccola - **2 handfull** spenat - **1 msk** svarta sesamfrön - Några myntablad, till garnering

Skär de rostade rödbetorna i klyftor och lägg dem på en tallrik. Bryt ricottan i små bitar och lägg dem ovanpå, strö sedan över ruccola och spenat. Ringla över dressing, garnera med myntabladen och strö över sesamfrön.