

Sommarsallad med cous cous och citrus

Total tid **20 Min.** **20 Min.** Tid för förberedelse

Näringsinnehåll (per portion):
3.536 kJ / 884 kcal

Fett: **38 g** Protein: **28 g**
Kolhydrater: **118 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

100 g	couscous
2 msk	olivolja
3 msk	<u>Kikkoman Ponzu - en</u> <u>Blandning av Sojasås,</u> <u>ättika och citron</u>
0,5	gurka
0,5	röd paprika
2	vitlösklyftor
1 handfull	näve bladpersilja
1 handfull	myntablad
0,5 knippe	knippe salladslök
200 g	druvor utan kärnor
2 msk	rostade solrosfrön
2	soltorkade tomater
8	körsbärstomater i mixade färger
	Salt och peppar
1 msk	<u>Kikkoman Ponzu - en</u> <u>Blandning av Sojasås,</u> <u>ättika och citron</u>

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Lägg couscous i en skål. Tillsätt olivolja och Kikkoman Ponzu Citrussås och blanda noggrant. Häll över kokande vatten till cirka 1 cm ovanför couscousen och täck sedan skålen med plastfolie. Ställ åt sidan i 15 minuter.

Steg 2

Skär vindruvorna och tomaterna i halvor. Hacka salladslök och vitlök. Tärna gurkan och paprikan. Skär de soltorkade tomaterna i strimlor.

Steg 3

Rör om den blötlagda couscousen med en gaffel så att den blir fluffig.

Steg 4

Tillsätt vindruvor och både de färska och soltorkade tomaterna. Tillsätt lök och vitlök och blanda väl. Tillsätt röd paprika, rostade solrosfrön, gurka och örter.

Steg 5

Blanda väl och smaksätt eventuellt med Kikkoman Ponzu Citrussås och svartpeppar.