

# Spagettisallad

Total tid **30 Min.**

Näringsinnehåll (per portion):  
**2242 kJ / 535 kcal**

Fett: **31,8 g** Protein: **8,4 g**  
Kolhydrater: **53,6 g**

## INGREDIENSE

### R

#### 4 Portioner

<b>200 g</b>	spagetti
<b>100 g</b>	gurka
	lite salt
<b>100 g</b>	lök
<b>150 g</b>	mandariner (på burk)
<b>40 g</b>	russin
<b>150 g</b>	majonnäs
<b>15 g</b>	pepparrot (riven)
<b>2 msk</b>	Kikkoman naturligt bryggd sojasås
<b>4</b>	salladsblad
<b>4</b>	små tomater
	lite körvel

## FÖRBEREDELSE

### Steg 1

Koka spagettin enligt anvisningarna på förpackningen. Spola hastigt av spagettin i kallt vatten och låt den rinna av väl. Skölj gurkan och halvera den på tvären. Gröp ut kärnorna med en sked. Skiva gurkan tunt och strö över salt. Tryck ordentligt ut vattnet ur gurkan med handen och skölj sedan under rinnande vatten. Pressa ur gurkan väl. Skala, halvera och skiva löken tunt. Strö över salt. Tryck ur, skölj och pressa ur löken precis som med gurkhalvorna.

### Steg 2

Häll mandarinerna i en sil, låt rinna av väl och klappa torrt. Lägg russin i blöt i varmt vatten och låt dem rinna av väl. Blanda majonnäs, pepparrot och Kikkoman sojasås väl i en skål. Blanda alla ingredienser i en stor skål. Arrangera spagettisalladen på salladsbladen på tallrik och dekorera med tomaterna och körveln.