

Spenatsallad och knapriga grönsaker med sesam- och jordnötsdressing

Total tid **14 Min.** 2 Min. Tid för förberedelse 10 Min. Tid för marinering 2 Min. Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):

1.193 kJ / 285 kcal

Fett: **23,3 g** Protein: **8,2 g**

Kolhydrater: **10 g**

INGREDIENSER

1 Portioner

100 g	babyspenat
250 g	rädisor
150 g	morötter
1 knippe	gräslök
1 msk	sesamfrön
2 msk	jordnötter
0,5 tsb	rökt paprikapulver (milt eller kryddigt)

Dressing

2 msk	<u>Kikkoman Ponzu - en</u> <u>Blandning av Sojasås,</u> <u>ättika och citron</u>
2 msk	olivolja
1 msk	jordnötssmör
1 msk	<u>Kikkoman söt</u> <u>Matlagningssås i Mirin-</u> <u>Stil</u>
1 nypa	nypa peppar

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Lägg ingredienserna till dressingen i en liten burk, skruva på locket och skaka hårt tills ingredienserna blandats.

Steg 2

Rensa spenaten och lägg den i en skål. Skala och skär rädisorna och morötterna i tunna stavar. Hacka gräslöken fint och strö över grönsakerna.

Steg 3

Rosta sesamfröna och jordnötterna i en torr stekpanna, tillsätt rökt paprikapulver. Blanda i det med salladen och häll över dressingen precis innan servering.