

Torn av sötpotatis

Total tid **45 Min.** 20 Min. Tid för förberedelse **25 Min.** Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):

1.824 kJ / 437 kcal

Fett: **27 g** Protein: **15,5 g**

Kolhydrater: **30 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

1 msk	vegetabilisk olja
300 g	sötpotatis
200 g	zucchini
4 msk	<u>Kikkoman Teriyaki BBQ-sås med honung</u>
100 g	skivad bacon
100 g	riven Gouda
80 g	färskost
1 msk	majonnäs
2 msk	<u>Kikkoman naturligt bryggd sojasås</u>
1 msk	nyhackad timjan
	Nymalen peppar

FÖRBEREDELSE

Steg 1

1 msk vegetabilisk olja - **300 g** sötpotatis - **200 g** zucchini - **4 msk** Kikkoman Teriyaki BBQ-sås med honung - **100 g** skivad bacon - **100 g** riven Gouda
Värm ugnen till 180 °C och smörj en muffinsform med olja. Skala sötpotatisen och skiva den tunt tillsammans med zucchinin. Täck med Kikkoman Teriyaki BBQ-sås honung. Skär baconet i bitar. Lägg sötpotatisen, zucchini, bacon och Gouda växelvis i muffinsformen och grädda i ca 25 minuter.

Steg 2

80 g färskost - **1 msk** majonnäs - **2 msk** Kikkoman naturligt bryggd sojasås
Blanda alla ingredienser till en dipp.

Steg 3

1 msk nyhackad timjan - Nymalen peppar
Ta bort sötpotatistornen från formen och fäst med träspett. Strö dem med timjan och peppar och servera tillsammans med dippen.