

Varm sallad med rostade grönsaker och valnötter

Total tid **35 Min.** 15 Min. Tid för förberedelse 20 Min. Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):
3558 kJ / 850 kcal

Fett: **46 g** Protein: **27 g**
Kolhydrater: **63 g**

INGREDIENSE

R

2 Portioner

8	morötter
4	palsternackor
4	salladslökar
0,5	vitlökshuvud
2 msk	olivolja
4 msk	Kikkoman Teriyaki marinad
2 msk	färsk timjan
1	kvist rosmarin
70 g	valnötter
2 msk	honung
2 msk	Kikkoman naturligt bryggd sojasås
2 nypa	peppar
1	huvud romansallad
70 g	ädelost

FÖRBEREDELSE

Steg 1

8 morötter - **4** palsternackor - **4** salladslökar - **0,5** vitlökshuvud - **2 msk** olivolja - **4 msk** Kikkoman Teriyaki marinad - **2 msk** färsk timjan - **1** kvist rosmarin
Värm ugnen till 190 grader. Skär morötter, palsternackor och salladslök på längden och skala vitlöken. Blanda allt med olivolja och Teriyaki Marinad. Lägg på en ugnsplåt, strö över hackade örter och grädda i 20 minuter. Låt svalna något.

Steg 2

70 g valnötter - **2 msk** honung - **2 msk** Kikkoman naturligt bryggd sojasås - **2 nypa** peppar
Torrrosta valnötterna i en stekpanna under tiden. Blanda honung med sojasås och peppar, och håll det över valnötterna. Rör om då och då tills det är karamelliserat.

Steg 3

1 huvud romansallad - **70 g** ädelost
Lägg romansallatsblad i en skål och lägg de rostade grönsakerna och valnötterna ovanpå. Strö över hackad ost och servera.