

Vegetarisk ramen med tortellini

Total tid **30 Min.** 10 Min. Tid för förberedelse 20 Min. Tillagningstid

Näringsinnehåll (per portion):

1.391 kJ / 332 kcal

Fett: **14 g** Protein: **18,1 g**

Kolhydrater: **31,8 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

150 g	broccoli
100 g	små champinjoner
1 msk	<u>Kikkoman rostad</u> <u>sesamolja</u>
1	morot
60 g	babybladsspenat
150 g	mindre vegetarisk tortellini eller ravioli (kyld)
3,5 msk	<u>Kikkoman Koncentrerad</u> <u>bas för</u> <u>Ramennudelsoppa -</u> <u>Shoyu (Sojabås) Smak</u>
2	ägg
1	liten röd chili och färsk koriander till garnering

FÖRBEREDELSE

Steg 1

Stek broccolibuketterna och de kvartade champinjonererna i den uppvärmda oljan i 5-8 minuter. Skär morötterna i form av nudlar (med en spiralizer/grönsakssvarv) eller i fina strimlor, tillsätt tillsammans med spenaten och fräs kort. Förbered nudlarna enligt förpackningen.

Steg 2

Låt ca. 540 ml vatten koka upp i en kastrull och blanda med ramensåsen. Vispa ägg, häll dem i ramensoppa, låt stelna och dela sedan i 2 skålar. Tillsätt de kokta nudlarna.

Steg 3

Lägg grönsaksblandningen ovanpå, garnera med chili och färsk koriander. Smaklig måltid!