KIKKOMAN

Zucchini-, bön- och auberginesallad

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

Näringsinnehåll (per portion):
2.672 kJ / 638 kcal

Fett: **32,6 g** Protein: **34,3 g**
Kolhydrater: **44,3 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

1	zucchini
1	grön zucchini
150 g	azukibönor (på burk)
1 msk	Kikkoman Sojasås- Och Sesamoljebaserad Sås Till Pokeskål
1	ekologisk lime
0,5	liten aubergine
1	liten schalottenlök
1	liten vitlöksklyfta
2 msk	olivolja
2 msk	lätt balsamvinäger
2 msk	Kikkoman Ponzu - en Blandning av Sojasås, ättika och citron
2 msk	linfröolja
	Nymalen peppar
125 g	halloumi
1	liten knippa persilja
	Chiliflakes, efter smak

FÖRBEREDELSE

Steg 1

1 zucchini - **1** grön zucchini - **150 g** azukibönor (på burk) - **1 msk** Kikkoman Sojasås- Och Sesamoljebaserad Sås Till Pokeskål - **1** ekologisk lime
Skär zucchinin på längden i skivor eller strimlor. Marinera azukibönorna i Kikkoman-pokesåsen. Skär limen i åtta bitar.

Steg 2

0,5 liten aubergine - **1** liten schalottenlök - **1** liten vitlöksklyfta - **2 msk** olivolja - **2 msk** lätt balsamvinäger - **2 msk** Kikkoman Ponzu - en Blandning av Sojasås, ättika och citron - **2 msk** linfröolja - Nymalen peppar
Skär auberginen och schalottenlöken i små tärningar och hacka vitlöken. Värm 1 msk olivolja och stek auberginen, schalottenlöken och vitlöken tills de är gyllenbruna. Deglasera med vinäger och Kikkoman Ponzu Citron. Rör i linfröoljan och krydda med peppar.

Steg 3

125 g halloumi - **1** liten knippe persilja - Chiliflakes, efter smak - Limebitar från steg 1
Skär halloumin i skivor, cirka 1 cm tjocka, och stek dem i en stekpanna med non-stick-beläggning i den återstående uppvärmda oljan i cirka 4 minuter på varje sida tills de är gyllenbruna. Tvätta persiljan, klappa torr och plocka bort bladen. Lägg zucchiniskivorna i skålar, garnera med bönorna och ringla över den ljumma dressingen. Lägg halloumin, persiljan och limeklyftorna från steg 1 ovanpå och servera omedelbart, eftersom halloumin smakar bäst varm. Strö över chiliflingor

om så önskas.