KIKKOMAN

Susam ve Fıstık Soslu, Sebzeli Ispanak Salatası

toplam süre **14 dak.** **2 dak.** hazırlık süresi **10 dak.** marine süresi **2 dak.** pişme süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
1.193 kJ / 285 kcal

Yağ: **23,3 gr** Protein: **8,2 gr**
Karbonhidrat: **10 gr**

MALZEMELER

1 porsiyon

100 gr	mini ıspanak
250 gr	beyaz turp
150 gr	turp
1 demet	frenk soğanı
1 yemek kaşığı	susam
2 yemek kaşığı	yerfıstığı
0,5 tatlı kaşığı	tütsülenmiş kırmızı toz biber (tatlı ya da acı)
Üstü için	
2 yemek kaşığı	Kikkoman Ponzu Limonlu
2 yemek kaşığı	zeytinyağı
1 yemek kaşığı	fıstık ezmesi
1 yemek kaşığı	Kikkoman Mirin Tarzı Tatlı Pişirme Sosu
1 tutam	Karabiber

HAZIRLANIŞ

Adım 1

Salatanın üstü için hazırladığınız malzemeleri bir kavanoza yerleştirin, kapağını kapatıp içindekiler iyice karışana kadar çalkalayın.

Adım 2

Ispanağı temizleyin ve bir kâseye yerleştirin. Turp ve havuçları soyun ve ince dilimler halinde dilimleyin. Frenk soğanını da ince ince kıyın ve bu malzemeleri kâseye ekleyin.

Adım 3

Susamı ve fıstıkları, tütsülenmiş toz biber de ekleyerek kavurun. Salata malzemelerini karıştırın, üzerine kavanozda hazırladığınız sosu dökün ve servis edin. Afiyet olsun.