

Caldo verde -keitto savutofulla

kokonaisaika **30 min** 10 min esivalmistelut 20 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):
1.627 kJ / 390 kcal

Rasva: **21,5 g** Proteiini: **16,5 g**
Hiilihydraatit: **30,9 g**

AINEKSET

2 annosta

1 pieni sipuli
1 valkosipulinkynsi
1 tl Kikkoman paahdettu seesamiöljy
300 g perunoita
1 laakerinlehti
500 ml vettä
2 rkl Kikkoman Ramen Nuudeli keittopohjatiiviste - Shoyun (Soijakastike) Makuinen
150 g tuoretta lehtikaalia (tai pakastettua)
100 g savutofua
1 tl Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
Lisäksi:
2 rkl Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
Vastajauhettua pippuria maun mukaan
Jauhettua muskottipähkinää
1 tl Kikkoman paahdettu seesamiöljy
2 tl paahdettua sipulirouhetta

VALMISTUS

Vaihe 1

1 pieni sipuli - **1** valkosipulinkynsi - **1 tl** Kikkoman paahdettu seesamiöljy - **300 g** perunoita - **1** laakerinlehti
Silppua sipuli ja valkosipuli. Kuumenna Kikkoman seesamiöljy kattilassa ja kuullota sipuleita. Kuutioi perunat, lisää ne kattilaan laakerilehden kera ja kuullota hetki.

Vaihe 2

500 ml vettä - **2 rkl** Kikkoman Ramen Nuudeli keittopohjatiiviste - Shoyun (Soijakastike) Makuinen
Lisää kattilaan vesi ja Kikkoman ramen-liemipohja. Kiehauta ja anna kiehua hiljaa n. 15 minuuttia. Poista laakerinlehti. Soseuta keitto – sen tulisi olla kermaista, mutta silti varsin juoksevaa.

Vaihe 3

150 g tuoretta lehtikaalia (tai pakastettua)
Leikkaa lehtikaali hyvin ohuiksi suikaleiksi (jos käytät pakastettua lehtikaalia, sulata se ensin). Sekoita lehtikaali keiton joukkoon, kiehauta ja keitä kannella peitettynä 3-5 minuuttia.

Vaihe 4

100 g savutofua - **1 tl** Kikkoman paahdettu seesamiöljy **1 tl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
Leikkaa tofu kuutioiksi. Kuumenna Kikkoman seesamiöljy pienellä paistinpannulla ja paista tofu rapeaksi. Mausta Kikkoman soijakastikkeella.

Vaihe 5

2 rkl Kikkoman luonnollisesti valmistettu

soijakastike - Vastajauhettua pippuria maun
mukaan - Jauhettua muskottipähkinää - **1 tl**
Kikkoman paahdettu seesamiöljy - **2 tl** paahdettua
sipulirouhetta

Mausta keitto Kikkoman soijakastikkeella,
pippurilla sekä muskottipähkinällä ja annostele
kulhoihin. Valuta päälle Kikkoman seesamiöljyä,
lisää tofupalat sekä paahdettu sipulirouhe ja
tarjoile.