

Kermanainen punakaalikeitto

kokonaisaika **40 min** 10 min esivalmistelut 30 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):
3.230 kJ / 772 kcal

Rasva: **32 g** Proteiini: **13 g**
Hiilihydraatit: **41 g**

AINEKSET

2 annosta

400 g	punakaalia
300 g	perunaa
1	punasipuli
2	valkosipulinkynttä
1 rkl	voita
1 rkl	oliiviöljyä
2 rkl	<u>Kikkoman Ponzu -</u> <u>Sekoitus Soijakastiketta,</u> <u>etikkaa ja sitruunaa</u>
1 l	kasvislientä
1 tl	mustapippuria
1 tl	siiderietikkaa
100 ml	kuohukermaa
30 g	pähkinöitä (esim. pistaasi-, cashew- tai pekaanipähkinöitä)
0,5 tl	rosépippuria (kokonaisia)
1 rkl	silputtua tilliä

VALMISTUS

Vaihe 1

400 g punakaalia - **300 g** perunaa - **1** punasipuli -
2 valkosipulinkynttä

Pilko kaali. Kuori ja kuutioi perunat. Silppua
punasipuli ja valkosipuli.

Vaihe 2

1 rkl voita - **1 rkl** oliiviöljyä - **2 rkl** Kikkoman Ponzu
- Sekoitus Soijakastiketta, etikkaa ja sitruunaa - **1 l**
kasvislientä

Lämmitä voi ja oliiviöljy paksupohjaisella pannulla.
Lisää sipuli, valkosipuli, kaali ja perunat. Paista 3
minuuttia sekoittaen usein. Lisää Kikkomanin
ponzu-sitrussoijakastike ja sekoita. Lisää
kasvisliemi ja keitä kannen alla n. 30 minuuttia,
kunnes vihannekset ovat pehmeitä.

Vaihe 3

1 tl mustapippuria - **1 tl** siiderietikkaa - **100 ml**
kuohukermaa - **30 g** pähkinöitä (esim. pistaasi-,
cashew- tai pekaanipähkinöitä) - **0,5 tl**
rosépippuria (kokonaisia) - **1 rkl** silputtua tilliä
Soseuta keitto sileäksi. Sekoita joukkoon pippuri,
siiderietikka ja 70 ml kermaa. Annostele keitto
kulhoihin. Pilko pähkinät ja murskaa rosépippurit.
Koristele annokset pähkinöillä, pippureilla, jäljelle
jääneellä kermalla sekä tillillä.