

Lämmin juressalaatti saksanpähkinöillä

kokonaisaika **35 min** 15 min esivalmistelut 20 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):
3558 kJ / 850 kcal

Rasva: **46 g** Proteiini: **27 g**
Hiilihydraatit: **63 g**

AINEKSET

2 annosta

8	porkkanaa
4	juuripersiljaa
4	kevätspulia
0,5	valkosipuli
2 rkl	oliiviöljyä
4 rkl	Kikkoman Teriyaki - marinadi
2 rkl	tuoretta timjamia
1	rosmariinin oksa
70 g	saksanpähkinöitä
2 rkl	hunajaa
2 rkl	Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
2 hyppyselli	pippuria
nen	
1	kerä roomansalaattia
70 g	sinihomejuustoa

VALMISTUS

Vaihe 1

8 porkkanaa - **4** juuripersiljaa - **4** kevätspulia - **0,5** valkosipuli - **2 rkl** oliiviöljyä - **4 rkl** Kikkoman Teriyaki - marinadi - **2 rkl** tuoretta timjamia - **1** rosmariinin oksa
Lämmitä uuni 190 asteeseen. Halkaise porkkanat, juuripersiljat ja kevätspulit pituussuunnassa ja kuori valkosipulinkynnet. Sekoita kasvien joukkoon oliiviöljy ja Teriyaki-marinadi. Asettele kasvikset uunipellille leivinpaperin päälle, ripottele päälle silputut yrtit ja kypsennä 20 minuuttia. Anna jäähtyä hetki.

Vaihe 2

70 g saksanpähkinöitä - **2 rkl** hunajaa - **2 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **2 hyppysellinen** pippuria
Paahda sillä aikaa saksanpähkinät kuivalla pannulla. Sekoita hunaja, soijakastike ja pippuri ja kaada seos pähkinöiden päälle. Sekoita välillä kunnes pähkinät ovat karamellisoituneet.

Vaihe 3

1 kerä roomansalaattia - **70 g** sinihomejuustoa
Asettele salaatinlehdet kulhoon ja laita paahdetut kasvikset ja saksanpähkinät niiden päälle. Ripottele päälle murusteltua sinihomejuustoa ja tarjoile.