

# Paahdetut ruusukaalit appelsiinikastikkeessa

kokonaisaika **40 min** 20 min esivalmistelut 20 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):  
**1453 kJ / 347 kcal**

Rasva: **13,2 g** Proteiini: **11,3 g**  
Hiilihydraatit: **53,2 g**

## AINEKSET

2 annosta

### Perunamuusi:

**500 g** perunoita  
**1 tl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike  
**100 ml** vegaanista ranskankermaa  
**50 ml** kasvimaitoa  
**50 g** vegaanista voita

### Ruusukaalit:

**500 g** ruusukaaleja  
**1 rkl** oliiviöljyä

### Appelsiinikastike:

**1** appelsiini  
**2 rkl** Kikkoman Ponzu - Sekoitus Soijakastiketta, etikkaa ja sitruunaa  
**1 tl** sokeria  
**1** valkosipulinkynsi  
**0,5 tl** raastettua tuoretta inkivääriä  
**1 rkl** Kikkoman paahdettu seesamiöljy  
**1 tl** riisiviinietikkaa  
**1 rkl** perunajauhoa  
**3 rkl** vettä

### Lisäksi:

**1 rkl** paahdettuja seesaminsiemeniä

## VALMISTUS

### Vaihe 1

Pese ja kuori perunat. Lohko kukin peruna neljään osaan ja keitä vedessä, jossa on Kikkomanin soijakastiketta. Valuta keitetyt perunalohkot ja purista ne perunapuristimen läpi kulhoon. Lisää vegaaninen ranskankerma, kasvimaito ja vegaaninen voi. Lämmitä samalla sekoittaen, kunnes voi sulaa.

### Vaihe 2

Pese ja kuivaa ruusukaalit, poista kannat ja halkaise ruusukaalit. Ripottele päälle oliiviöljyä, sekoita ja asettele leivinpaperilla vuoratulle uunipellille. Kypsennä 180-asteisessa uunissa 20 minuuttia.

### Vaihe 3

Pese appelsiini, raasta sen kuori ja purista mehu. Yhdistä appelsiinin mehu, Kikkomanin Ponzu-sitrussoijakastike, sokeri, murskattu valkosipuli, raastettu inkivääri, seesamiöljy ja riisiviinietikka. Sekoita ainekset ja soseuta kastike sileäksi. Lisää raastettu appelsiinin kuori ja kaada kastike kattilaan. Kiehauta ja nosta kattila pois levyltä.

### Vaihe 4

Sekoita perunajauhot veteen ja lisää kuumaan kastikkeeseen. Laita kattila takaisin levyille ja anna kastikkeen kiehua hiljalleen 3 minuuttia sekoittaen usein, kunnes se sakenee.

### **Vaihe 5**

Laita paahdetut ruusukaalit kulhoon. Kaada appelsiinikastike niiden päälle ja sekoita hyvin. Ripottele päälle seesaminsiemenet.

### **Vaihe 6**

Asettele kypsät ruusukaalit perunamuusin päälle. Koristele seesaminsiemenillä.