

# Palsternakka-perunasose

kokonaisaika **30 min** 15 min esivalmistelut 15 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):  
**969 kJ / 231 kcal**

Rasva: **14,5 g** Proteiini: **3,5 g**  
Hiilihydraatit: **20,7 g**

## AINEKSET

4 annosta

**400 g** kuorittuja perunoita  
**100 g** kuorittua palsternakkaa  
**1** purjo  
**2 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike  
**1 rkl** oliiviöljyä  
**2 hyppyselli** sokeria  
**nen**

## VALMISTUS

### Vaihe 1

Leikkaa kuoritut perunat ja palsternakka saksanpähkinän kokoisiksi paloiksi ja laita ne kattilaan, jossa on kylmää vettä. Kiehauta vesi ja keitä n. 15 minuuttia.

### Vaihe 2

Halkaise sillä välin purjo kahtia pituussuunnassa ja huuhtele se hyvin. Leikkaa hyvin ohuiksi suikaleiksi kuitujen suuntaan.

### Vaihe 3

Kun peruna ja palsternakka ovat kypsiä, valuta ne ja laita hetkeksi takaisin kattilaan, jotta ylimääräinen kosteus haihtuu.

### Vaihe 4

Lisää oliiviöljy, Kikkomanin soijakastike, sokeri ja purjo perunoiden ja palsternakan joukkoon ja soseuta hyvin.