

# Ramen-tofusalaatti purkissa

kokonaisaika **15 min** 10 min esivalmistelut 5 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):  
**1.017 kJ / 243 kcal**

Rasva: **8 g** Proteiini: **11,1 g**  
Hiilihydraatit: **33,6 g**

## AINEKSET

2 annosta

<b>1 tl</b>	misotahnaa
<b>1 tl</b>	kasvisliemijauhetta
<b>2 tl</b>	<u>Kikkoman paahdettu seesamiöljy</u>
<b>1 tl</b>	sriracha-kastiketta
<b>2 tl</b>	<u>Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike</u>
<b>0,25 tl</b>	jauhettua inkivääriä
<b>0,25 tl</b>	chilijauhetta
<b>100 g</b>	pak-choita (pinaattikiinankaalia)
<b>0,5</b>	porkkana
<b>100 g</b>	tofua
<b>50 g</b>	kuorittuja edamame-papuja
<b>100 g</b>	ramen-pikajuureita

## VALMISTUS

### Vaihe 1

**1 tl** misotahnaa - **1 tl** kasvisliemijauhetta - **2 tl** Kikkoman paahdettu seesamiöljy - **1 tl** sriracha-kastiketta - **2 tl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **0,25 tl** jauhettua inkivääriä - **0,25 tl** chilijauhetta  
Jaa misotahna, kasvisliemijauhe, Kikkomanin seesamiöljy, sriracha-kastike, Kikkomanin soijakastike, inkivääri ja chili kahteen lasipurkkiin.

### Vaihe 2

**100 g** pak-choita (pinaattikiinankaalia) - **0,5** porkkana - **100 g** tofua - **50 g** kuorittuja edamame-papuja - **100 g** ramen-pikajuureita  
Hienonna pak-choi, leikkaa porkkana ohuiksi tikuiksi ja kuutioi tofu. Laita kasvikset ja tofu purkkeihin. Lisää edamame-pavut ja nuudelit. Kaada kiehuva vettä purkkeihin, odota 5 minuuttia, ravista ja tarjoile.