

# Yum Som-0: pomelo-katkarapusalaatti

kokonaisaika **30 min min** 20 min esivalmistelut **3 min** valmistus **7 min** jäädyttäminen

Ravintosisältö (per annos):  
**930 kJ / 222 kcal**

Rasva: **13,1 g** Proteiini: **18,4 g**  
Hiilihydraatit: **11,4 g**

## AINEKSET

2 annosta

<b>100 g</b>	pomelo tai greippiä
<b>50 g</b>	punasipulia
<b>30 g</b>	porkkanaa
<b>3</b>	oksa korianteria
<b>1</b>	oksa basilikaa
<b>1</b>	oksa minttua
<b>6</b>	jättikatkarapua tai tiikerikatkarapua, kuorittuna ja suolet poistettuna
<b>1</b>	sitruunaruohon varsi
<b>5 g</b>	valkosipulia
<b>1 rkl</b>	<u>Kikkoman paahdettu seesamiöljy</u>
<b>1 rkl</b>	<u>Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike</u>
<b>1 rkl</b>	kookosmaitoa
<b>2 tl</b>	kalakastiketta
<b>1 rkl</b>	paahdettuja pähkinöitä, murskattuina (maapähkinöitä tai cashewpähkinöitä)
<b>1 rkl</b>	paahdettua sipulirouhetta
<b>8</b>	roomansalaatin lehteä

## VALMISTUS

### Vaihe 1

**6** jättikatkarapua tai tiikerikatkarapua, kuorittuna ja suolet poistettuna - **1** sitruunaruohon varsi - **5 g** valkosipulia - **1 rkl** Kikkoman paahdettu seesamiöljy - **1 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **1 rkl** kookosmaitoa - **2 rkl** kalakastiketta

Jos katkaravut ovat isoja, paloittele ne suupaloiksi (n. 4 palaa/katkarapu). Silppua sitruunaruoho ja valkosipuli. Kuumenna Kikkoman seesamiöljy pannulla. Lisää valkosipuli ja sitruunaruoho ja kuullota, kunnes ne alkavat tuoksua. Lisää katkaravut ja wokkaa kypsiksi (n. 3 minuuttia). Käännä lämpö pois päältä. Lisää Kikkoman soijakastike, kookosmaito ja kalakastike. Siirrä kulhoon ja anna jäähtyä huoneenlämpöiseksi.

### Vaihe 2

**100 g** pomelo tai greippiä - **50 g** punasipulia - **30 g** porkkanaa - **3** oksaa korianteria - **1** oksa minttua - **1** oksa basilikaa

Kuori pomelo tai greippi ja leikkaa suupaloiksi. Leikkaa punasipuli ohuiksi siivuiksi ja liuota niitä hetki vedessä, jotta maku miedontuu. Leikkaa porkkana ohuiksi tikuiksi. Huuhtelee korianteri, minttu ja basilika. Revi paloiksi ja jätä pieni määrä koristeluun.

### Vaihe 3

**8** roomansalaatin lehteä - **1 rkl** paahdettuja pähkinöitä, murskattuina (maapähkinöitä tai cashewpähkinöitä) - **1 rkl** paahdettua sipulirouhetta - Aiemmin valmistellut yrtit  
Yhdistä jäähtyneet katkaravut kastikkeineen vaiheesta 1 sekä pomelo, kasvikset ja yrtit

vaiheesta 2. Anna tekeytyä jääkaapissa n. 10 minuuttia. Asettele roomansalaatin lehdet vadille ja lusikoi katkaraputäytettä niiden päälle. Koristele murskatuilla pähkinöillä, sipulirouheella ja yrteillä. Tarjoile heti.