KIKKOMAN

Aubergine-sojasaucedip med hvidløg

Samlet tid **60 min.** **60 min.** Arbejdstid

Næringsindhold:
446 kJ / 106 kcal

Fedt: **7,5 g** Protein: **2,5 g**
Kulhydrater: **6,6 g**

INGREDIENSER

4 Portioner

1	helt hvidløg
1	aubergine
3 spsk.	olivenolie
4 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
	Saften af en halv lime
2 spsk.	hakket bredbladet persille
	Friskkværnet sort peber
0,5 tsk.	chiliflager

FREMGANGSMÅDE

Step 1

Varm ovnen op til 220 °C (over-/undervarme; varmluft: 200 °C). Skyl hvidløget, og skær det i to halve. Skyl auberginen, skær enderne fra, og skær frugten igennem på langs. Læg de halve hvidløg og auberginer med skærefladen opad på en bageplade med bagepapir. Rids skærefladen flere gange diagonalt, pensl tyndt med 1 spsk. olie, og bag grøntsagerne i ca. 30-40 minutter i den forvarmede ovn. Tag de bagte hvidløg og auberginer ud af ovnen, og lad dem køle af.

Step 2

Tryk hvidløgskødet ud af skrællerne. Skrab auberginekødet ud med en ske, og blend frugtkødet sammen med de bagte hvidløg, resten af olien, sojasauce, limesaft og persille. Smag til med peber og chiliflager inden servering.