

# Bagt rødbedesalat med ricotta

Samlet tid **60 min.** 10 min. Arbejdstid **50 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:

**1.260 kJ / 300 kcal**

Fedt: **14 g** Protein: **10 g**

Kulhydrater: **32,0 g**

## INGREDIENSER

**2 Portioner**

<b>360 g</b>	rødbeder
<b>20 g</b>	syltet ingefær
<b>1</b>	fed hvidløg
<b>20 ml</b>	<u>Kikkoman sauce til poke bowl baseret på sojasauce og sesamolie</u>
<b>10 g</b>	honning
<b>100 g</b>	ricotta
<b>2 håndfuld</b>	rucola
<b>2 håndfuld</b>	spinat
<b>1 spsk.</b>	sorte sesamfrø
	Enkelte blade mynte som pynt

## FREM GANGSMÅDE

### Step 1

**360 g** rødbeder

Vask rødbederne, pak dem i folie, og bag dem i 45-50 minutter på en grill eller i en ovn ved 180–200°C, indtil de er møre

### Step 2

**20 g** syltet ingefær - **1** fed hvidløg - **20 ml**

Kikkoman sauce til poke bowl baseret på sojasauce og sesamolie - **10 g** honning

Hak ingefær og hvidløg fint og bland det derefter sammen til en dressing med Kikkoman poke sauce og honning.

### Step 3

**100 g** ricotta - **2 håndfuld** rucola - **2 håndfuld** spinat - **1 spsk.** sorte sesamfrø - Enkelte blade mynte som pynt

Skær de bagte rødbeder i både, og anret dem på en tallerken. Bræk ricottaen i mindre stykker, og læg den ovenpå. Fordel derefter rucola og spinat ovenover. Dryp dressingen ud over, pynt med mynte og drys med sesamfrø inden servering.