KIKKOMAN

Ferskner fyldt med ost

Samlet tid **25 min.** **10 min.** Arbejdstid **15 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:
2.960 kJ / 707 kcal

Fedt: **54 g** Protein: **24 g**
Kulhydrater: **48 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

2	ferskner (gerne faste)
250 ml	Kikkoman teriyaki BBQ-sauce med honning & røget smag
2 spsk.	olivenolie
1	kvist rosmarin
80 ml	æblejuice
1 tsk.	honning
1 spsk.	citronsaft
70 g	gedeost
40 g	valnødder
2 spsk.	pinjekerner
Salat:	
2 håndfuld	rucola
1	lille rødløg
0,5	agurk
	Få basilikumsblade
1 håndfuld	frisk mynte

FREMGANGSMÅDE

Step 1

Halver de to ferskner.

Step 2

Pensl dem med Kikkoman Teriyaki BBQ-sauce og olivenolie.

Step 3

På en lille pande koges resten af Teriyaki BBQ-saucen op med æblejuice og en smule frisk rosmarin.

Step 4

Fersknerne placeres på en varm plade med snitfladen nedad, og steges i den opkogte sauce med æblejuice indtil frugtkødet er karamelliseret og har fået striber.

Step 5

Vend frugten om.

Step 6

Læg lidt smuldret gedeost på hver fersken. Tilføj valnødder og pinjekerner, og dryp med honning. De tilberedes i yderligere 5 minutter.

Step 7

Skær løget i halve ringe, og skær agurken i tynde

skiver Bland løg og agurk med rucola, og placer det hele på en tallerken. Læg fersknerne ovenpå salaten, og dryp Kikkoman Teriyaki BBQ-sauce med honning henover. Serveres med friske krydderurter.