KIKKOMAN

Nem bagt middelhavspolenta

Samlet tid **30 min.** **10 min.** Arbejdstid **20 min.** Tilberedningstid

Næringsindhold:
2.636 kJ / 633 kcal

Fedt: **32,5 g** Protein: **28,8 g**
Kulhydrater: **53,6 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

1,5 spsk.	Kikkoman Koncentreret Ramen Nudelsuppe Base - Shoyu (sojasauce) Smag
500 ml	vand
125 g	polenta
3 spsk.	Kikkoman sauce til ris - sødtsmagende
4 nip	friskkværnet sort peber
80 g	flødeost (gedeflødeost eller almindelig flødeost)
50 g	sorte og grønne oliven, i skiver
100 g	feta
130 g	cherrytomater
2 tsk.	Kikkoman Ristet Sesamolie
1 spsk.	Kikkoman sauce til ris - sødtsmagende
2 skiver	kogt skinke, skåret i strimler
	Nogle få basilikumblade

FREMGANGSMÅDE

Step 1

1,5 spsk. Kikkoman Koncentreret Ramen Nudelsuppe Base - Shoyu (sojasauce) Smag - **500 ml** vand - **125 g** polenta - **3 spsk.** Kikkoman sauce til ris - sødtsmagende - **4 nip** friskkværnet sort peber

Varm ovnen op til 200 °C, og beklæd den ene halvdel af en bageplade med bagepapir. Rør Kikkoman ramen suppebase i vandet, bring det i kog, drys polentaen i, bring det i kog igen, og lad det koge i ca. 5 min., til det tykner. Smag derefter til med Kikkoman sauce til ris og peber. Fordel polentaen på den klargjorte bageplade (eller i en lille bradepande på ca. 25 x 25 cm).

Step 2

80 g flødeost (gedeflødeost eller almindelig flødeost) - **50 g** sorte og grønne oliven, i skiver - **100 g** feta

Fordel flødeosten i klatter over polentaen, og smør den jævnt ud. Top med oliven og smuldret feta, og bag i den forvarmede ovn i ca. 15 min.

Step 3

130 g cherrytomater - **2 tsk.** Kikkoman Ristet Sesamolie - **1 spsk.** Kikkoman sauce til ris - sødtsmagende - **2 skiver** kogt skinke, skåret i strimler - Nogle få basilikumblade

Halver cherrytomaterne, og vend dem med Kikkoman sesamolie og Kikkoman sauce til ris. Pynt polentaen med de marinerede tomater, skinke og basilikum, skær i portioner og server.