KIKKOMAN

Sojamarineret bagt blomkål med hummus og urter

INGREDIENSER

4 Portioner

1	blomkål
1 spsk.	smagsneutral olie / sesamolie
Marinaden:	
50 ml	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
1 spsk.	honning
4 spsk.	sesamolie
2	fed hvidløg
2 spsk.	honning
1 tsk.	sød paprika
1 tsk.	Five-Spice krydderiblanding
Hummus	
250 g	kikærter (kogte)
3 spsk.	tahin
1	citron, saft og skal heraf
0,5 tsk.	spidskommen
50 ml	olivenolie
100 ml	vand
1 bundt	mynte
1 bundt	koriander

FREMGANGSMÅDE

Step 1

Smagsneutral olie/ sesamolie
Sæt ovnen på 200 grader almindelig ovn.

Find et ovnfast fad frem, der passer til blomkålens størrelse, og smør det med smagsneutral olie eller sesamolie.

Step 2

Blomkål
Fjern bladene fra blomkålshovedet. og skær bunden til, så det står stabilt.

Step 3

50 ml Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **1 spsk.** honning - **4 spsk.** sesamolie - **2** fed hvidløg - **1 tsk.** sød paprika - **1 tsk.** Five-Spice krydderiblanding
Knus og hak hvidløget fint, og bland nu med alle de øvrige ingredienser til marinaden. Pensl blomkålshovedet grundigt og sæt på fadet.

Step 4

Bag i ovnen i en time, eller til det er gennembagt og næsten falder fra hinanden. Bagetiden afhænger af størrelsen, og hvor tæt blomkålshovedet er.

Step 5

250 g kikærter (kogte) - **3 spsk.** tahin - **1** citron, saft og skal heraf - **0,5 tsk.** spidskommen - **50 ml** olivenolie - **100 ml** vand
Blend i mellemtiden alle ingredienserne til hummussen, og smag til med salt og peber.

Step 6

1 bundt mynte - **1 bundt** koriander
Når blomkålshovedet er færdigbagt, serverer du det på en bund af hummus og med et gavmildt drys finthakkede urter på toppen.