

Varm salat med bagte grøntsager og valnødder

Samlet tid **35 min.** 15 min. Arbejdstid 20 min. Tilberedningstid

Næringsindhold:
3558 kJ / 850 kcal

Fedt: **46 g** Protein: **27 g**
Kulhydrater: **63 g**

INGREDIENSE

R

2 Portioner

8	gulerødder
4	pastinakker
4	forårsløg
0,5	hvidløgsknold
2 spsk.	olivenolie
4 spsk.	Kikkoman Teriyaki Marinade
2 spsk.	frisk timian
1	kvist rosmarin
70 g	valnødder
2 spsk.	honning
2 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
2 nip	peber
1	romainesalat
70 g	blåskimmelost

FREM GANGSMÅDE

Step 1

8 gulerødder - **4** pastinakker - **4** forårsløg - **0,5** hvidløgsknold - **2 spsk.** olivenolie - **4 spsk.** Kikkoman Teriyaki Marinade - **2 spsk.** frisk timian - **1** kvist rosmarin

Forvarm ovnen til 190 grader. Halvér gulerødder, pastinakker og forårsløg på den lange side og skræl hvidløget. Ryst det hele sammen med olivenolie og teriyaki-marinade. Hæld det hele ud i et ovnfast fad med bagepapir, drys med de hakkede krydderurter og bag det hele i 20 minutter. Når rodfrugterne er færdigtilberedte, skal de køles let af.

Step 2

70 g valnødder - **2 spsk.** honning - **2 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **2 nip** peber

Salatbladene fra romainesalaten lægges i en skål, og de let afkølede, ristede grøntsager lægges ovenpå. Valnødderne drysses henover, og til sidst drysses den hakkede blåskimmelost henover salaten. Så er salaten klar til servering.

Step 3

1 romainesalat - **70 g** blåskimmelost
Salatbladene fra romainesalaten lægges i en skål, og de let afkølede, ristede grøntsager lægges ovenpå. Valnødderne drysses henover, og til sidst drysses den hakkede blåskimmelost henover salaten. Så er salaten klar til servering.