KIKKOMAN

Sałatka ogórkowa z orzechami, chili i sosem sojowym

Czas ogółem **30 min** **30 min** Czas przygotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
1.655 kJ / 395 kcal

Tłuszcz: **22 g** Białko: **11 g**
Węglowodany: **40 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

2	długie ogórki, ok. 600 g
1 łyżka	płatków chili
1 łyżka	octu ryżowego
3 łyżki	Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman
2	ząbki czosnku
2 cm	imbiru
1 łyżka	miodu
1 łyżeczka	Olej z prażonych nasion sezamu Kikkoman
50 g	orzeszków nerkowca
1 szczypta	soli
1 szczypta	pieprzu
50 g	świeżej kolendry
50 g	szczypiorku
50 g	prażonej cebuli

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

2 długie ogórki, ok. 600 g
Pokrój ogórki w grube półksiężyce.

Krok 2

1 łyżka płatków chili - **1 łyżka** octu ryżowego - **3 łyżki** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman - **2** ząbki czosnku - **2 cm** imbiru - **1 łyżka** miodu - **1 łyżeczka** Olej z prażonych nasion sezamu Kikkoman - **50 g** orzechów nerkowca - **1 szczypta** soli - **1 szczypta** pieprzu
Czosnek, imbir i orzechy nerkowca drobno posiekaj. Wymieszaj w misce czosnek, orzechy i imbir. Dodaj płatki chili, Sos sojowy Kikkoman, ocet, miód i Olej sezamowy Kikkoman i wymieszaj. Dopraw solą i pieprzem do smaku.
Wymieszaj ogórki z dressingiem.

Krok 3

50 g świeżej kolendry - **50 g** szczypiorku - **50 g** prażonej cebuli
Posiekaj kolendrę i szczypiorek. Wymieszaj z ogórkami. Podawaj sałatkę posypaną prażoną cebulą.