KIKKOMAN

Sałatka z jajkami, szparagami, anchois i sosem serowym

Czas ogółem **20 min** **20 min** Czas przygotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
3.981 kJ / 936 kcal

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

100 g	sałaty masłowej
3	jajka
200 g	zielonych szparagów
10 g	masła
30 g	filecików anchois
	Szczypta pieprzu
Sos:	
50 g	jogurtu naturalnego
50 g	majonezu
1 łyżka	Ponzu - Mieszanka sosu Sojowego, octu o smaku Cytrynowym Kikkoman
30 g	startego parmezanu

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Składniki na sos mieszamy.

Krok 2

Jajka gotujemy na twardo (6 minut), wystudzone obieramy.

Krok 3

Na talerzach układamy umytą sałatę.

Krok 4

Szparagi krótko podsmażamy na maśle i wraz z jajkami, przekładamy na sałatę.

Krok 5

Całość polewamy sosem, dekorujemy filecikami anchois i opcjonalnie odrobiną parmezanu.

Krok 6

Posypujemy pieprzem i podajemy.