

Warzywa z majonezem Ponzu

Czas ogółem **55 min** 20 min Czas przygotowania **15 min** Czas marynowania **20 min** Czas gotowania

Wartości odżywcze (na porcję)
3.280 kJ / 784 kcal

Tłuszcz: **61 g** Białko: **12 g**
Węglowodany: **50,5 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

- 3 łyżki** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman
- 1** średniej wielkości cukinia
- 1** mały bakłażan
- 2** ząbki czosnku
- 1** czerwona papryka
- 2** ziemniaki
- 1** czerwona cebula
- 3 łyżki** oliwy z oliwek
- Majonez Ponzu**
- 6 łyżki** Ponzu - Mieszanka sosu Sojowego, octu o smaku Cytrynowym Kikkoman
- 8 łyżki** majonezu
- 1** gałązka rozmarynu
- 1** pieprz do smaku
- 3** ząbki czosnku
- Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Cukinię i bakłażana pokrój w plastry. Paprykę pokrój na duże kawałki. Cebulę pokrój w grube plastry. Ziemniaki pokrój na ćwiartki.

Krok 2

Wymieszaj oliwę z 2 ząbkami czosnku przeciśniętymi przez praskę. Dodaj sos sojowy i wymieszaj.

Krok 3

Warzywa zamarynuj i odstaw na 15 min.

Krok 4

Do wysokiego naczynia wlej sos Ponzu. Dodaj majonez oraz posiekane zioła i czosnek przeciśnięty przez praskę. Dopraw pieprzem oraz sosem sojowym. Dokładnie wymieszaj.

Krok 5

Grilluj warzywa na średnio rozgrzanym ruszcie ok. 7-10 min. Obracaj je co jakiś czas, żeby równomiernie się opiekiły. Ziemniaki mogą wymagać odrobinę dłuższego grillowania, zanim staną się miękkie - ok. 15-20 min., w zależności od wielkości kawałków.

Krok 6

Zgrillowane warzywa przełóż na talerz.

Krok 7

Podawaj z majonezem Ponzu.