

# Pak-Choi-Salat mit Gurke, Karotte und Nüssen

Gesamtzeit **15 Min.** **15 Min.** Vorbereitungszeit

Nährwertangaben (pro Portion):

**804 kJ / 192 kcal**

Fett: **13,6 g** Eiweiß: **6,3 g**

Kohlenhydrate: **9,5 g**

## ZUTATEN

2 Portion(en)

<b>100 g</b>	Pak Choi
<b>1</b>	Salatgurke
<b>1</b>	Karotte
<b>1 EL</b>	Zitronensaft
<b>4 TL</b>	<u>Kikkoman geröstetes Sesamöl</u>
<b>1 TL</b>	<u>Kikkoman natürlich gebräute Sojasauce</u>
<b>1 TL</b>	Reisessig
<b>1 TL</b>	Zucker
<b>1 TL</b>	Miso-Paste
<b>1</b>	Knoblauchzehe
<b>0,25 TL</b>	gemahlener Ingwer
<b>2 EL</b>	Erdnüsse
<b>1</b>	Frühlingszwiebel

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

**100 g** Pak Choi - **1** Karotte - **1** Salatgurke  
Pak Choi hacken, Karotte raspeln und Gurke in Scheiben schneiden.

### Schritt 2

**1 EL** Zitronensaft - **4 TL** Kikkoman geröstetes Sesamöl - **1 TL** Kikkoman natürlich gebräute Sojasauce - **1 TL** Reisessig - **1 TL** Zucker - **1 TL** Miso-Paste - **1** Knoblauchzehe - **0,25 TL** gemahlener Ingwer - **2 EL** Erdnüsse  
Zitronensaft, Kikkoman Sesamöl, Kikkoman Sojasauce, Reisessig, Zucker, Miso-Paste, zerdrückten Knoblauch und gemahlenen Ingwer in einer Schüssel vermischen.  
Die Nüsse in einer Pfanne ohne Öl rösten.

### Schritt 3

**1** Frühlingszwiebel  
Die Frühlingszwiebel in Ringe schneiden.  
Das Gemüse mit der vorbereiteten Sauce vermischen und mit gerösteten Nüssen und Frühlingszwiebel bestreuen.