

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)

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