

# Salatdressing mit Sardellen

Gesamtzeit **25 Min.** 15 Min. Vorbereitungszeit **10 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):  
**3.472 kJ / 868 kcal**

Fett: **70 g** Eiweiß: **23 g**  
Kohlenhydrate: **38 g**

## ZUTATEN

**2 Portion(en)**

**2** kleine Romanasalate  
**3 EL** Olivenöl  
**3 EL** Kikkoman Ponzu -  
Würzsauce mit Sojasauce  
und Essig, mit  
Zitronengeschmack  
**1 TL** Honig  
**40 g** Parmesanflocken  
**10** Kirschtomaten  
**Dressing**  
**1** Knoblauchzehe  
**3 EL** Kikkoman Ponzu -  
Würzsauce mit Sojasauce  
und Essig, mit  
Zitronengeschmack  
**4** Sardellen  
**3 EL** Kikkoman natürlich  
gebraute Sojasauce  
**40 g** geriebener Parmesan  
**2 EL** Mayonnaise  
**1 TL** Dijon Senf  
**1 Bund** Petersilie  
**40** Croûtons mit Kräutern  
Frisch gemahlener  
schwarzer Pfeffer

## ZUBEREITUNG

### Schritt 1

Salat längs halbieren. Mit Olivenöl, Honig und Kikkoman Ponzu Zitrone beträufeln.

### Schritt 2

Salat auf einer bei hoher Temperatur vorgeheizten Fläche ca. 1–2 Min. auf beiden Seiten grillen. Auch die Kirschtomaten grillen.

### Schritt 3

Mayonnaise mit Kikkoman Ponzu Zitrone, Knoblauch, Senf, geriebenem Parmesan, Sardellen, Kikkoman Sojasauce und frisch gemahlenem Pfeffer in einen Mixer geben. Alles gründlich zu einer glatten Sauce pürieren.

### Schritt 4

Gegrillten Salat mit Kirschtomaten und Sardellendressing servieren. Mit Parmesanflocken und gehackter Petersilie bestreuen. Mit Croûtons servieren.