

Orangen-Karottensalat à la Kikkoman



Zubereitungszeit **20 Minuten**
Kalorien pro Portion **275**

Zutaten für 4 Personen

8 Karotten
3 Orangen
4 Frühlingszwiebeln
4 EL Orangensaft
2 EL Speiseöl
3 EL brauner Zucker
100 g Kürbiskerne
6 EL Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
3 EL Gemüsebrühe
2 EL Aceto Balsamico bianco
1/2 TL Senf
1/2 TL Zucker
1/2 Bund Schnittlauch

Zubereitung:

1. Karotten waschen, schälen und grob raspeln. Orangen schälen, filetieren und in kleine Würfel schneiden. Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden.
2. Vorbereitete Zutaten mischen und mit 2 Esslöffeln Orangensaft und Öl vermengen.
3. Braunen Zucker in einer Pfanne erhitzen, Kürbiskerne unter Rühren darin karamellisieren lassen und mit 2 Esslöffeln Sojasauce ablöschen.
4. Aus restlicher Sojasauce, restlichem Orangensaft, Brühe, Essig, Senf und Zucker ein Dressing herstellen. Schnittlauch waschen, in Ringe schneiden und unterrühren. Dressing unterheben.
5. Kürbiskrokant in kleine Stücke brechen.
6. Salat auf Tellern anrichten mit Kürbiskrokant bestreut servieren.

Guten Appetit!