KIKKOMAN

Bruschetta con edamame y tomates semisecos

Tiempo total **30 Mins.** **30 Mins.** Tiempo de preparación

Información nutricional (por porción)
2520 kJ / 602 Kcal

Grasas: **36,7 g** Proteínas: **15,2 g**
Carbohidratos: **52,3 g**

INGREDIENTES

4 porciones

Para el topping de edamame:

400 g	de edamame, sin cáscara
1	aguacate
1 cucharada	Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
3 cucharadas	de aceite de cacahuete (o vegetal)
1 cucharada	de zumo de limón
2 cucharadas	de azúcar glas
1 pellizco	de sal

Para el topping de tomate:

180 g	de tomates semisecos (ver consejo)
2,5 cucharadas	Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada
4 cucharadas	de aceite de oliva
1 cucharadita	de zumo de limón
	Orégano o albahaca al gusto
0,5	baguette vegana

PREPARACIÓN

Pasos 1

Para el topping de edamame, escaldar las edamame, enfriarlas, escurrirlas bien y retirar la piel fina. Partir los aguacates por la mitad, pelarlos y cortar la pulpa en láminas.

Pasos 2

Poner 200 g de edamame y todos los demás ingredientes del topping de edamame en la picadora y triturar.

Pasos 3

Para el topping de tomate, partir los tomates por la mitad, ponerlos en un cuenco y aderezar con la salsa de soja, 3 cucharadas de aceite de oliva, el zumo de limón y orégano.

Pasos 4

Cortar la baguette en rebanadas de aprox. 1 cm de grosor para cubrirlas, rociar la superficie de estas con el aceite de oliva restante y tostarlas. Untar las rebanadas de baguette con el topping de edamame y cubrir con el resto de edamame, decorar con el topping de tomate y servir.

Pasos 5

Preparación: tomates semisecos (de forma paralela a la preparación principal, estos pueden prepararse en el horno siguiendo varias recetas): Precalentar el horno a 120-130 °C con calor por

arriba y por abajo. Lavar, partir por la mitad y rociar con 2 cucharadas de aceite de oliva 400 g de tomates cherry, distribuir sobre una bandeja de horno con papel vegetal y hornear durante aprox. 2 horas.