

Dip de berenjena y salsa de soja con ajo

Tiempo total **60 Mins.** 60 Mins. Tiempo de preparación

Información nutricional (por porción)
446 kJ / 106 Kcal

Grasas: **7,5 g** Proteínas: **2,5 g**
Carbohidratos: **6,6 g**

INGREDIENTES

4 porciones

- 1** cabeza de ajo
- 1** berenjena
- 3** de aceite de oliva
cucharadas
- 4** Kikkoman Salsa de Soja
cucharadas naturalmente
fermentada
mo de media lima
- 2** de perejil plano picado
cucharadas
- Pimienta negra recién
molida
- 0,5** de copos de chile
cucharadita

PREPARACIÓN

Pasos 1

Precalentar el horno a 220 °C con calor por arriba y por abajo (200 °C con ventilador). Limpiar la cabeza de ajos y cortarla por la mitad. Lavar la berenjena, retirar los extremos y cortarla longitudinalmente por la mitad. Colocar con la superficie del corte hacia arriba sobre una fuente de horno con papel para hornear, hacer varios cortes diagonales en cada mitad, rociar con 1 cucharada de aceite de oliva y hornear unos 30-40 minutos. Retirar el ajo y la berenjena y dejar enfriar.

Pasos 2

Sacar la carne de los ajos de la cabeza presionando. Retirar la carne de la berenjena de la piel con una cuchara, triturlarla con el ajo, el resto de aceite, la salsa de soja, el zumo de lima y el perejil, sazonar con pimienta y chile, y servir.