KIKKOMAN

Ensalada de lombarda con anacardos y guisantes

Tiempo total **15 Mins.** **15 Mins.** Tiempo de preparación

Información nutricional (por porción)
1.086 kJ / 258 Kcal

Grasas: **16 g** Proteínas: **8 g**
Carbohidratos: **24 g**

INGREDIENTES

2 porciones

Para la ensalada:

150 g	de lombarda
1 pellizco	de sal
80 g	de zanahoria
80 g	de pimiento rojo
80 g	de tirabeques
1	cebolleta picada, incluida la parte verde
20 g	de brotes de rábano
2 cucharadas	de cilantro fresco picado

Para el aliño:

1 cucharada	Kikkoman Salsa picante de Guindilla para Kimchi
1 cucharada	de zumo de mandarina recién exprimido
1 cucharada	de crema de cacahuete
1 cucharada	Kikkoman aceite de Sésamo Toastado
1 cucharadita	de sirope de arce
1 cucharadita	Kikkoman aderezo para la Preparación del arroz para sushi (125ml)
0,5 cucharada	de agua

Adicionales:

20 g	de anacardos
2 cucharaditas	de sésamo negro

PREPARACIÓN

Pasos 1

150 g de lombarda - **1 pellizco** de sal - **80 g** de zanahoria - **80 g** de pimiento rojo - **80 g** de tirabeques - **1** picada, incluida la parte verde - **20 g** de brotes de rábano - **2 cucharadas** de cilantro fresco picado

Corte la lombarda en tiras muy finas, espolvoree con la sal y masajee suavemente con las manos para ablandarla. Pele la zanahoria y córtela en bastones de juliana. Corte el pimiento rojo en tiras finas y los tirabeques en trozos más pequeños en diagonal. Coloque las verduras en un bol y añada la cebolleta picada, los brotes de rábano y el cilantro. Mezcle bien.

Pasos 2

1 cucharada Kikkoman Salsa picante de Guindilla para Kimchi - **1 cucharada** de zumo de mandarina recién exprimido - **1 cucharada** de crema de cacahuete - **1 cucharada** Kikkoman aceite de Sésamo Toastado - **1 cucharadita** de sirope de arce - **1 cucharadita** Kikkoman aderezo para la Preparación del arroz para sushi (125ml) - **0,5 cucharada** de agua - **20 g** de anacardos - **2 cucharaditas** de sésamo negro

Prepare el aliño en un cuenco mezclando la Salsa picante de Guindilla para Kimchi Kikkoman con el zumo de mandarina, la crema de cacahuete, el Aceite de Sésamo Tostado Kikkoman, el sirope de arce, el Sazonador para arroz de sushi Kikkoman y el agua. Vierta la mezcla sobre la ensalada y remueva para integrar bien los sabores. Aparte, tueste los anacardos en seco, deje que se enfríen y trocéelos. Termine la ensalada espolvoreando los anacardos y las semillas de sésamo negro.