

Ensalada templada de verduras asadas y nueces

Tiempo total **35 Mins.** 15 Mins. Tiempo de preparación **20 Mins.** Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
3558 kJ / 850 Kcal

Grasas: **46 g** Proteínas: **27 g**
Carbohidratos: **63 g**

INGREDIENTES

2 porciones

8 zanahorias
4 chirivías
4 cebolletas
0,5 cabeza de ajo
2 de aceite de oliva
cucharadas
4 Kikkoman Salsa Estilo
cucharadas Japonés Teriyaki para
Marinados
2 de tomillo fresco
cucharadas
1 ramita de romero
70 g de nueces
2 de miel
cucharadas
2 Kikkoman Salsa de Soja
cucharadas naturalmente
fermentada
2 pellizcos de pimienta
1 cabeza de lechuga
romana
70 g de queso azul

PREPARACIÓN

Pasos 1

8 zanahorias - **4** chirivías - **4** cebolletas - **0,5** cabeza de ajo - **2 cucharadas** de aceite de oliva - **4 cucharadas** Kikkoman Salsa Estilo Japonés Teriyaki para Marinados - **2 cucharadas** de tomillo fresco - **1** ramita de romero

Precaliente el horno a 190 grados Celsius. Corte las zanahorias, las chirivías y las cebolletas por la mitad a lo largo y pele el ajo. Mézclelo todo con aceite de oliva y el adobo Teriyaki. Colóquelo en una bandeja de horno, espolvoréelo con hierbas picadas y hornéelo durante 20 minutos. Deje enfriar ligeramente.

Pasos 2

70 g de nueces - **2 cucharadas** de miel - **2 cucharadas** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada - **2 pellizcos** de pimienta
Entretanto, tueste en seco las nueces en una sartén. Mezcle la miel con la salsa de soja y la pimienta, y viértalo sobre las nueces. Remueva de vez en cuando hasta que se caramelicen.

Pasos 3

1 cabeza de lechuga romana - **70 g** de queso azul
En un bol, coloque las hojas de lechuga romana y encima las verduras asadas y las nueces. Espolvoree con queso picado y sirva.