

Tortilla con coliflor a la teriyaki, lechuga romana y tomate

Tiempo total **30 Mins.** 10 Mins. Tiempo de preparación 20 Mins. Tiempo de cocción

Información nutricional (por porción)
2.937,2 kJ / 702 Kcal

Grasas: **25 g** Proteínas: **17,8 g**
Carbohidratos: **90 g**

INGREDIENTES

2 porciones

200 g de coliflor
100 g de harina de trigo
1 de pimentón ahumado
cucharadita
0,5 de pimienta
cucharadita
1 cucharada Kikkoman Salsa De Soja con menos sal naturalmente fermentada
60 ml de agua
1 cucharada Kikkoman aceite de Sésamo Toastado
120 ml Kikkoman Salsa Estilo Japonés Teriyaki con ajos tostado
1 lechuga romana
1 tomate
2 tortillas

PREPARACIÓN

Pasos 1

200 g de coliflor - **100 g** de harina de trigo - **1 cucharadita** de pimentón ahumado - **0,5 cucharadita** de pimienta - **1 cucharada** Kikkoman Salsa De Soja con menos sal naturalmente fermentada **60 ml** de agua - **1 cucharada** Kikkoman aceite de Sésamo Toastado
Corte la coliflor en ramilletes.

Mezcle bien la harina, el pimentón ahumado, la pimienta, la Salsa de Soja con menos sal Kikkoman, el agua y el Aceite de Sésamo Kikkoman hasta que estén bien integrados. Sumerja cada ramillete en la masa y colóquelos en una bandeja de horno forrada con papel antiadherente. Hornee a 220 °C durante 20 minutos.

Pasos 2

120 ml Kikkoman Salsa Estilo Japonés Teriyaki con ajos tostado - **1** lechuga romana - **1** tomate - **2** tortillas

Sumerja los ramilletes de coliflor horneados en la Salsa Teriyaki con ajo Kikkoman y colóquelos de nuevo en la bandeja del horno. Hornee durante 5 minutos más. Divida la lechuga en hojas separadas y corte el tomate en gajos.

Unte las tortillas con el resto de la Salsa Teriyaki con ajo Kikkoman, añada la lechuga, la coliflor, los tomates y envuélvalas.