

# Крем-соус из батата с соевым соусом

Общее время 15 мин 15 мин Время подготовки

Пищевая ценность (на порцию):

516 кДж / 123 ккал

Жиры: 2,7 г Белки: 1,7 г

Углеводы: 20,8 г

## ИНГРЕДИЕНТ

### Ы

4 порции

|           |  |
|-----------|--|
| 200 г     | сладкого картофеля батат                   |
| 60 мл     | полусладкого белого вина                   |
| 160 мл    | минеральной воды                           |
| 2 ст. л.  | коричневого сахара                         |
| 2 ст. л.  | Соевый соус натурального брожения Kikkoman |
| 0,5 ч. л. | острого кайенского перца                   |
| 1 ч. л.   | кунжутного масла                           |
| 3 ст. л.  | сметаны (или взбитых сливок)               |

## ПРИГОТОВЛЕНИЕ

### Шаг 1

Батат помыть, нарезать кружками толщиной около 1,5 см и выложить на тарелку одним слоем. Накрыть пищевой пленкой и готовить в микроволновой печи при мощности 600 Вт примерно 3–4 минуты.

### Шаг 2

Вынуть тарелку, накрыть батат фольгой и немного остудить, затем очистить и нарезать крупными кубиками.

### Шаг 3

Довести белое вино, минеральную воду и коричневый сахар до кипения в небольшой кастрюле. После того как сахар растворится, добавить соевый соус и дать охладиться.

### Шаг 4

Положить кубики батата, приготовленный пряный отвар, кайенский перец и кунжутное масло в блендер и пюрировать.

### Шаг 5

Непосредственно перед подачей положить сметану (или взбитые сливки) в соусник, добавить соус из батата и подать на стол.