KIKKOMAN

Рамен с бататом и вешенками

Общее время **25 мин** **10 мин** Время подготовки **15 мин** Время приготовления

Пищевая ценность (на порцию):
1 682 кДж / 403 ккал

Жиры: **13 г** Белки: **7 г**
Углеводы: **64,2 г**

ИНГРЕДИЕНТЫ

2 порции

350 г	батата
120 г	пастернака (или корня петрушки или сельдерея)
1	лук-шалот
1	зубчик чеснока
1 ст. л.	масла Kikkoman из поджаренного кунжута
300 мл	рисового или овсяного напитка
300 мл	воды
2,5 ст. л.	концентрированной основы Kikkoman для супа Рамен

Грибы:

80 г	вешенок
1 ст. л.	масла Kikkoman из поджаренного кунжута
0,25 ч. л.	концентрированной основы Kikkoman для супа Рамен
1 ч. л.	цитрусово-соевого соуса Понзу Kikkoman «Лимон»
	Свежемолотый перец по вкусу
0,25 пучка	петрушки

Дополнительно:

2 ч. л.	цитрусово-соевого соуса Понзу Kikkoman «Лимон»
	Свежемолотый перец по вкусу

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

350 г батата - **120 г** пастернака (или корня петрушки или сельдерея) - **1** лук-шалот - **1** зубчик чеснока - **1 ст. л.** масла Kikkoman из поджаренного кунжута
Нарежьте батат и пастернак кубиками. Очистите и мелко нарежьте лук-шалот и чеснок. Нагрейте кунжутное масло Kikkoman в кастрюле и слегка обжарьте лук-шалот и чеснок вместе с бататом и пастернаком.

Шаг 2

300 мл рисового или овсяного напитка - **300 мл** воды - **2,5 ст. л.** концентрированной основы Kikkoman для супа Рамен
Влейте рисовый или овсяный напиток и воду, добавьте основу Kikkoman для супа Рамен, доведите до кипения и варите под крышкой около 15 минут.

Шаг 3

80 г вешенок - **1 ст. л.** масла Kikkoman из поджаренного кунжута - **0,25 ч. л.** концентрированной основы Kikkoman для супа Рамен - **1 ч. л.** цитрусово-соевого соуса Понзу Kikkoman «Лимон» - Свежемолотый перец по вкусу - **0,25 пучка** петрушки
Нарежьте грибы полосками. Нагрейте кунжутное масло Kikkoman в сковороде и обжарьте грибы 3 минуты до золотистого цвета. Приправьте основой Kikkoman для супа Рамен, соусом Понзу Kikkoman «Лимон» и перцем. Мелко нарежьте петрушку.

Шаг 4

3 щепотки молотого мускатного ореха
Хлопья перца чили

2 ч. л. цитрусово-соевого соуса Понзу Kikkoman «Лимон» - Свежемолотый перец по вкусу - **3 щепотки** молотого мускатного ореха - Хлопья перца чили
Взбейте в блендере суп, затем приправьте соусом Понзу Kikkoman «Лимон», перцем и мускатным орехом. Разлейте по суповым тарелкам или чашкам, добавьте грибы, посыпьте петрушкой и чили и подавайте.