KIKKOMAN

Erfrischender Chicorée-Salat

Gesamtzeit **10 Min.** **10 Min.** Vorbereitungszeit

Nährwertangaben (pro Portion):
654 kJ / 229 kcal

Fett: **16,9 g** Eiweiß: **6,5 g**
Kohlenhydrate: **11,3 g**

ZUTATEN

4 Portion(en)

2	Chicorée
1	Apfel Granny Smith
80 g	Mandeln, geröstet mit Haut
2 TL	Weißweinessig
1 EL	Ahornsirup
3 TL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
2 EL	Gemüsefond
2 EL	Olivenöl
0,5 Bund	Schnittlauch
3 EL	Granatapfelkerne

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Chicorée, Apfel und Schnittlauch waschen und trocknen. Den Chicorée in daumendicke Streifen, den Apfel in Stifte schneiden, die Mandeln grob hacken. Alles in eine Schale geben.

Schritt 2

Gemüsefond mit Essig, Ahornsirup, Kikkoman Sojasauce und Olivenöl gut vermischen, die frischen Zutaten in der Schale damit marinieren.

Schritt 3

Den Schnittlauch grob schneiden, sowie den Granatapfel entkernen und den Salat damit garnieren.