KIKKOMAN

Gebackene Kohlsprossen in Orangensauce

Gesamtzeit **40 Min.** **20 Min.** Vorbereitungszeit **20 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
1.453 kJ / 347 kcal

Fett: **13,2 g** Eiweiß: **11,3 g**
Kohlenhydrate: **53,2 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

Für das Kartoffelpüree:

500 g	Kartoffeln
1 TL	Kikkoman natürlich gebraute Sojasauce
100 ml	Veganer Sauerrahm
50 ml	vegane Milch
50 g	vegane Butter

Für die Kohlsprossen:

500 g	Kohlsprossen
1 EL	Olivenöl

Für die Orangensauce:

1	Orange
2 EL	Kikkoman Ponzu - Würzsauce mit Sojasauce und Essig, mit Zitronengeschmack
1 TL	Zucker
1	Knoblauchzehe
0,5 TL	frisch geriebener Ingwer
1 EL	Kikkoman geröstetes Sesamöl
1 TL	Reisessig
1 EL	Kartoffelstärke
3 EL	Wasser

Zum Garnieren:

1 EL	geröstete Sesamkörner

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Die Kartoffeln waschen, schälen, vierteln und in Wasser mit Kikkoman Sojasauce kochen. Die gegarten Kartoffeln abgießen und durch eine Kartoffelpresse in einen Topf drücken. Veganen Sauerrahm, vegane Milch sowie vegane Butter hinzufügen und unter Rühren so lange erhitzen, bis die Butter schmilzt.

Schritt 2

Die Kohlsprossen waschen und trocknen, Enden abschneiden und die Röschen halbieren. Mit Olivenöl beträufeln, mischen und auf ein mit Backpapier ausgelegtes Backblech legen. Bei 180 °C im Ofen 20 Minuten lang backen.

Schritt 3

Die Orange waschen, Schale abreiben und Saft auspressen. Den Orangensaft, Kikkoman Ponzu Zitrone, Zucker, zerdrückten Knoblauch, geriebenen Ingwer, Sesamöl und Reisessig in eine Schüssel geben und pürieren, bis eine glatte Masse entsteht. Die abgeriebene Orangenschale hinzufügen, alles in einen Kochtopf geben und einmal kurz aufkochen. Vom Herd nehmen.

Schritt 4

Die Kartoffelstärke mit Wasser vermengen und zu der noch heißen Orangensauce geben. Unter häufigem Rühren 3 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce eindickt.

Schritt 5

Die gebackenen Kohlsprossen in eine Schüssel geben und mit Orangensauce übergießen. Gut mischen, bis alle Kohlsprossen mit Sauce bedeckt sind. Den Kohlsprossen auf dem Kartoffelpüree anrichten und mit Sesamkörnern garnieren.