

Batata assada na brasa com molho de pimentos vermelhos

Tempo total **60 Mins.** 10 Mins. Tempo de preparação 50 Mins. Tempo de confeção

Informação nutricional (por porção)

1.420 kJ / 340 kcal

Gorduras totais: **14 g** Proteína: **9 g**

Hidratos de carbono: **42 g**

INGREDIENTES

2 Porções

400 g	de batatas
30 ml	de óleo de colza
2	pimentos vermelhos
2	dentes de alho picados
20 ml	<u>Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente</u>
10 ml	de sumo de limão
120 g	de grão-de-bico cozido
	Algumas folhas de coentros ou salsa (inteiras)

PREPARAÇÃO

Passo 1

400 g de batatas - **30 ml** de óleo de colza

Regue as batatas com óleo de colza, embrulhe em papel alumínio e enterre nas brasas de uma fogueira durante cerca de 40 minutos.

Passo 2

2 pimentos vermelhos

Asse os pimentos na fogueira, coloque-os numa tigela, cubra bem e deixe repousar durante 10 minutos antes de retirar a pele.

Passo 3

2 dentes de alho picados - **20 ml** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente - **10 ml** de sumo de limão - **120 g** de grão-de-bico cozido - Algumas folhas de coentros ou salsa (inteiras)
Pique os pimentos assados finamente e misture com o alho picado, o Molho de Soja Kikkoman e o sumo de limão. Adicione o grão-de-bico e esmague ligeiramente com um garfo. Corte as batatas assadas ao meio, esmague ligeiramente o interior e cubra com o molho. Decore com folhas de coentros ou salsa.