KIKKOMAN

Dip cremoso de batata-doce com molho de soja

Tempo total **15 Mins.** **15 Mins.** Tempo de preparação

Informação nutricional (por porção)
516 kJ / 123 kcal

Gorduras totais: **2,7 g** Proteína: **1,7 g**
Hidratos de carbono: **20,8 g**

INGREDIENTES

4 Porções

200 g	batata-doce
60 ml	vinho branco doce
160 ml	água mineral
2 colheres de sopa	açúcar mascavado
2 colheres de sopa	Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente
0,5 colheres de chá	pimenta de Caiena
1 colheres de chá	óleo de sésamo
3 colheres de sopa	natas ácidas (ou natas para chantilly)

PREPARAÇÃO

Passo 1

Lavar a batata-doce, cortar em rodelas com cerca de 1,5 cm de espessura e colocar as rodelas lado a lado num prato. Cobrir com película aderente e cozinhar no micro-ondas com 600 watts durante aprox. 3-4 minutos.

Passo 2

Retirar o prato, deixar a batata-doce arrefecer um pouco coberta com a película, descascar e cortar em cubos grossos.

Passo 3

Numa panela pequena, levar a ferver o vinho branco, a água mineral e o açúcar mascavado. Quando o açúcar estiver dissolvido, adicionar o molho de soja e deixar arrefecer.

Passo 4

Colocar num misturador e passar os cubos de batata-doce, a mistura de condimentos cozida, a pimenta de Caiena e o óleo de sésamo.

Passo 5

Pouco antes de servir, deitar primeiro as natas ácidas (ou as natas para chantilly) numa taça ou num copo, colocar por cima o dip de batata-doce e servir.