KIKKOMAN

Gombaleves picante (sopa de cogumelos)

Tempo total **25 Mins.** **15 Mins.** Tempo de preparação **10 Mins.** Tempo de confeção

Informação nutricional (por porção)
1.617 kJ / 387 kcal

Gorduras totais: **17,1 g** Proteína: **11,6 g**
Hidratos de carbono: **45,3 g**

INGREDIENTES

2 Porções

Creme de ponzu de batata-doce:

100 g	de batata-doce
	Sal
1	dente de alho
1 colheres de sopa	de sambal oelek (ou harissa, sriracha, puré de tomate ou puré de pimenta vermelha)
2 colheres de chá	Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão
2 pitada	de flocos de malagueta

Sopa:

1	chalota
1	dente de alho pequeno
250 g	de cogumelos (por exemplo, cogumelos marrom, cogumelos ostra)
1 colheres de chá	Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado
3 colheres de chá	Kikkoman Base de Sopa Concentrada de Massa de Ramen - Sabor Shoyu (Molho De Soja)
1 colheres de sopa	de farinha
500 ml	de água
2 colheres de sopa	Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão
	Pimenta a gosto
2 colheres de sopa	de crème fraîche vegan
0,5 colheres	Kikkoman Molho de Soja

PREPARAÇÃO

Passo 1

100 g de batata-doce - Sal - **1** dente de alho - **1 colheres de sopa** di sambal oelek (oppure harissa, sriracha, concentrato di pomodoro o crema di peperoni rossi) - **2 colheres de chá** Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão - **2 pitada** de sambal oelek (ou harissa, sriracha, puré de tomate ou puré de pimenta vermelha)
Cozinhe as batatas-doces em água salgada durante cerca de 10 minutos, até ficarem macias. Escorra e amasse com o alho, o sambal oelek, o Kikkoman Ponzu de Limão e os flocos de malagueta até obter uma mistura homogénea.

Passo 2

1 chalota - **1** dente de alho pequeno - **250 g** de cogumelos (por exemplo, cogumelos marrom, cogumelos ostra) - **1 colheres de chá** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado **1 colheres de chá** Kikkoman Base de Sopa Concentrada de Massa de Ramen - Sabor Shoyu (Molho De Soja)
Pique bem a chalota e o alho. Corte os cogumelos em pedaços pequenos e frite-os com a chalota e o alho no Óleo de Sésamo Kikkoman aquecido numa caçarola até ficarem dourados. Junte 1 colher de chá de Base para Sopa Ramen Kikkoman.

Passo 3

1 colheres de sopa de farinha - **500 ml** de água - **2 colheres de sopa** Kikkoman Base de Sopa Concentrada de Massa de Ramen - Sabor Shoyu (Molho De Soja)
Polvilhe com a farinha e refogue rapidamente. Adicione a água e a Base para Sopa Ramen Kikkoman, deixe ferver e cozinhe por cerca de 10

de chá	Fermentado Naturalmente

E ainda:

1	punhado de agrião
100 g	de baguete com sementes
1 colheres de chá	de sementes de sésamo branco torradas
1 colheres de chá	de sementes de sésamo preto torradas

minutos.

Passo 4

2 colheres de sopa Kikkoman Molho de Soja Ponzu Limão Pimenta a gosto - **2 colheres de sopa** de crème fraîche vegan - **0,5 colheres de sopa** Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente

Tempere a sopa com o Kikkoman Ponzu de Limão e pimenta. Misture o crème fraîche vegan com o Molho de Soja Kikkoman e, em seguida, junte à sopa.

Passo 5

1 punhado de agrião - **100 g** de baguete com sementes - **1 colheres de chá** de sementes de sésamo branco torradas - **1 colheres de chá** de sementes de sésamo preto torradas

Corte o agrião da caixinha. Corte a baguete em fatias, barre com o creme de batata-doce e cubra com o agrião. Sirva a sopa em taças, polvilhe com as sementes de sésamo e acompanhe com a baguete.