KIKKOMAN

Salada de couve roxa com cajus e ervilhas

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

Informação nutricional (por porção)
1.086 kJ / 258 kcal

Gorduras totais: **16 g** Proteína: **8 g**
Hidratos de carbono: **24 g**

INGREDIENTES

2 Porções

Salada:

150 g	de couve roxa
1 pitada	de sal
80 g	de cenoura
80 g	de pimento vermelho
80 g	de ervilhas
1	cebolinha picada, incluindo as pontas verdes
20 g	de rebentos de rabanete
2 colheres de sopa	de coentros frescos picados

Molho:

1 colheres de sopa	Kikkoman Molho de Chili Condimentado Kimchi
1 colheres de sopa	de sumo de tangerina
1 colheres de sopa	de manteiga de amendoim
1 colheres de sopa	Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado
1 colheres de chá	de xarope de ácer
1 colheres de chá	Kikkoman Tempero para Arroz de Sushi (125ml)
0,5 colheres de sopa	de água

E ainda:

20 g	cajus
2 colheres de chá	de sésamo preto

PREPARAÇÃO

Passo 1

150 g de couve roxa - **1 pitada** de sal - **80 g** de cenoura - **80 g** de pimento vermelho - **80 g** de ervilhas - **1** cebolinha picada, incluindo as pontas verdes - **20 g** de rebentos de rabanete - **2 colheres de sopa** de coentros frescos picados
Pique a couve roxa, polvilhe com sal e massaje-a suavemente com as mãos para amolecer. Descasque a cenoura e corte-a em tiras finas. Corte o pimento vermelho em tiras finas e corte as ervilhas na diagonal em pedaços mais pequenos. Coloque os legumes numa tigela e adicione a cebolinha picada, os rebentos de rabanete e os coentros. Misture bem.

Passo 2

1 colheres de sopa Kikkoman Molho de Chili Condimentado Kimchi - **1 colheres de sopa** de sumo de tangerina - **1 colheres de sopa** de manteiga de amendoim - **1 colheres de sopa** Kikkoman Óleo de Sésamo Tostado - **1 colheres de chá** de xarope de ácer - **1 colheres de chá** Kikkoman Tempero para Arroz de Sushi (125ml) - **0,5 colheres de sopa** de água - **20 g** cajus - **2 colheres de chá** de sésamo preto
Numa tigela separada, misture os ingredientes do molho: Molho Kikkoman Kimchi Chili, sumo de tangerina, manteiga de amendoim, Óleo de Sésamo Kikkoman, xarope de ácer, Tempero Kikkoman para Arroz de Sushi e água. Deite o molho sobre a salada e misture bem. Torre os cajus numa frigideira seca, deixe arrefecer e pique. Polvilhe a salada com os cajus e as sementes de sésamo preto e sirva.