KIKKOMAN

Pikantní gombaleves (houbová polévka)

Celkový čas vaření **25 min.** **15 min.** Doba přípravy **10 min.** Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):
1.617 kJ / 387 kcal

Tuky: **17,1 g** Bílkoviny: **11,6 g**
Sacharidy: **45,3 g**

INGREDIENCE

2 Porce

Krém ze sladkých brambor s ponzu:

100 g	sladkých brambor
	Sůl
1	stroužek česneku
1 polévková lžíce	sambal oelek (nebo harissa, sriracha, rajčatové pyré nebo pyré z červené papriky)
2 čajové lžičky	Kikkoman Citrónová ponzu omáčka
2 špetky	čili vloček

Polévka:

1	šalotka
1	malý stroužek česneku
250 g	hub (např. žampiony, hlíva ústřičná)
1 čajová lžička	Kikkoman Pražený sezamový olej
3 čajové lžičky	Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen
1 polévková lžíce	mouky
500 ml	vody
2 polévkové lžíce	Kikkoman Citrónová ponzu omáčka
	Čerstvě mletý pepř podle chuti
2 polévkové lžíce	veganské crème fraîche
0,5 čajové lžičky	Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo

Navíc:

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

100 g sladkých brambor - Sůl - **1** stroužek česneku - **1 polévková lžíce** sambal oelek (nebo harissa, sriracha, rajčatové pyré nebo pyré z červené papriky) - **2 čajové lžičky** Kikkoman Citrónová ponzu omáčka - **2 špetky** čili vloček
Sladké brambory vařte v osolené vodě asi 10 minut, dokud nezměknou. Sceďte, poté rozmačkejte s česnekem, sambal oelek, Kikkoman Ponzu citrón a čili vločkami dohladka.

Krok 2

1 šalotka - **1** malý stroužek česneku - **250 g** hub (např. žampiony, hlíva ústřičná) - **1 čajová lžička** Kikkoman Pražený sezamový olej **1 čajová lžička** Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen
Jemně nasekejte šalotku a česnek. Houby nakrájejte na sousta, poté je na rozpáleném Kikkoman sezamovém oleji v hrnci opečte spolu se šalotkou a česnekem dozlatova. Vmíchejte 1 lžičku Kikkoman Základu na ramen.

Krok 3

1 polévková lžíce mouky - **500 ml** vody - **2 polévkové lžíce** Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen
Zasypte moukou a krátce orestujte. Zalijte vodou a Kikkoman Základem na ramen, přiveďte k varu a vařte asi 10 minut.

Krok 4

2 polévkové lžíce Kikkoman Citrónová ponzu omáčka Čerstvě mletý pepř podle chuti - **2 polévkové lžíce** veganské crème fraîche - **0,5 polévkové lžíce** Kikkoman Sójová omáčka

1	vanička řeřichy
100 g	bagety se semínky
1 čajová lžička	praženého bílého sezamu
1 čajová lžička	praženého černého sezamu

přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo
Polévku dochuťte Kikkoman Ponzu citrón a pepřem. Veganskou crème fraîche smíchejte s Kikkoman Sójovou omáčkou a vmíchejte do polévky.

Krok 5

1 vanička řeřichy - **100 g** bagety se semínky - **1 čajová lžička** praženého bílého sezamu - **1 čajová lžička** praženého černého sezamu
Řeřichu odstřihněte z vaničky. Bagetu nakrájejte na plátky, potřete krémem ze sladkých brambor a ozdobte řeřichou. Polévku nalijte do misek, posypte sezamem a podávejte s bagetou.