

# Ramen se sladkými bramborami a hlívou ústříčnou

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

Nutriční hodnoty (na porci):

**1.682 kJ / 403 kcal**

Tuky: **13 g** Bílkoviny: **7 g**

Sacharidy: **64,2 g**

## INGREDIENCE

2 Porce

**350 g** sladkých brambor  
**120 g** pastináku (nebo kořen petržele nebo celer)  
**1** šalotka  
**1** stroužek česneku  
**1 polévková lžíce** Kikkoman Pražený sezamový olej  
**300 ml** rýžového nebo ovesného nápoje  
**300 ml** vody  
**2,5 polévkové lžíce** Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen  
**Houby:**  
**80 g** hlívy královské  
**1 polévková lžíce** Kikkoman Pražený sezamový olej  
**0,25 čajové lžičky** Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen  
**1 čajová lžička** Kikkoman Citrónová ponzu omáčka  
Čerstvě mletý pepř podle chuti  
**0,25 svazku** petrželky  
**Navíc:**  
**2 čajové lžičky** Kikkoman Citrónová ponzu omáčka  
Čerstvě mletý pepř podle chuti  
**3 špetky** mletého muškátového oříšku  
Čili vločky

## POSTUP PŘÍPRAVY

**Krok 1**

**350 g** sladkých brambor - **120 g** pastináku (nebo kořen petržele nebo celer) - **1** šalotka - **1** stroužek česneku - **1 polévková lžíce** Kikkoman Pražený sezamový olej

Sladké brambory a pastinák nakrájejte na kostky. Šalotku a česnek oloupejte a najemno nasekejte. V hrnci zahřejte Kikkoman Sezamový olej a na mírném ohni orestujte šalotku a česnek spolu se sladkými bramborami a pastinákem.

**Krok 2**

**300 ml** rýžového nápoje nebo ovesného nápoje - **300 ml** vody - **2,5 polévkové lžíce** Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen

Přilijte rýžový nebo ovesný nápoj a vodu, přidejte Kikkoman Základ na ramen, přiveďte k varu a vařte přikryté asi 15 minut.

**Krok 3**

**80 g** hlívy královské - **1 polévková lžíce** Kikkoman Pražený sezamový olej - **0,25 čajové lžičky** Kikkoman Koncentrovaný základ pro ramen - **1 čajová lžička** Kikkoman Citrónová ponzu omáčka - Čerstvě mletý pepř podle chuti - **0,25 svazku** petrželky

Houby nakrájejte na proužky. Na pánvi zahřejte Kikkoman Sezamový olej a houby opékejte asi 3 minuty dozlatova. Dochutěte Kikkoman Základem na ramen, Kikkoman Ponzu citrón a pepřem. Petrželku najemno nasekejte.

**Krok 4**

**2 čajové lžičky** Kikkoman Citrónová ponzu omáčka - Čerstvě mletý pepř podle chuti - **3 špetky**

mletého muškátového oříšku - Chilli vločky  
Polévku rozmixujte, poté dochutte Kikkoman  
Ponzu citrónem, pepřem a muškátovým oříškem.  
Nalijte do misek nebo hrnků, navrch přidejte houby,  
petrželku a čili vločky a podávejte.