

Som Tam: jednoduchý thajský salát z papáji

Celkový čas vaření **20 min min.** 10 min. Doba přípravy 10 min. Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):

640 kJ / 153 kcal

Tuky: **5,2 g** Bílkoviny: **3,2 g**

Sacharidy: **24,8 g**

INGREDIENCE

2 Porce

2 polévkové kokosového cukru (nebo

lžíce třtinového cukru)

1 stroužek česneku

2 polévkové Kikkoman Tamari

lžíce bezlepková sójová

omáčka

2 polévkové limetkové šťávy

lžíce

100 g

zelené papáji (lehce nezralé) nebo zeleného manga

100 g kedlubny

50 g mrkve

50 g zelených fazolek (předvařených, nakrájených na 2,5 cm kousky)

0,5 červené čili papričky

3 snítky koriandru

2 polévkové pražených ořechů,

lžíce nadrcených (arašidy nebo kešu)

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

100 g zelené papáji (lehce nezralé) nebo zeleného manga - **100 g** kedlubny - **50 g** mrkve - **0,5**

červené čili papričky - **3** snítky koriandru

Zelenou papáju podélně rozkrojte, oloupejte, odstraňte semínka a nakrájejte na tenké proužky.

Kedlubnu a mrkev nakrájejte stejným způsobem

jako papáju. Červenou čili papričku nakrájejte na

tenká kolečka. Koriandr nahrubo nasekejte.

Krok 2

2 polévkové lžíce kokosového cukru (nebo třtinového cukru) - **1** stroužek česneku - **2**

polévkové lžíce Kikkoman Tamari bezlepková sójová omáčka - **2 polévkové lžíce** limetkové šťávy

Cukr vložte do mísy. Přidejte česnek a rozdrťte ho

paličkou, dokud se nespojí s cukrem. Jakmile je

směs propojená, přidejte Kikkoman Bezlepkovou

sójovou omáčku a limetkovou šťávu. Vše důkladně

promíchejte.

Krok 3

Připravená kedlubna a mrkev - Připravený dresink

Přidejte kedlubnu a mrkev do mísy z kroku 2. Lehce

je podrťte paličkou, aby změkly jejich vlákna a

zároveň se rovnoměrně obalily dresinkem.

Krok 4

Připravená papája - Připravená červená čili

paprička - **50 g** zelených fazolek (předvařených,

nakrájených na 2,5 cm kousky) - **2 polévkové lžíce**

pražených ořechů, nadrcených - Nasekaný koriandr

Jakmile kedlubna lehce změkne, přidejte papáju,

červenou čili papričku, zelené fazolky a polovinu

rozdrčených ořechů. Jemně promíchejte a

přendejte na servírovací talíř. Navrch posypte
zbylými ořechy a koriandrem.