

Yum Som-O: thajský salát z pomela a krevet.

Celkový čas vaření **30 min min.** 20 min. Doba přípravy **3 min.** Doba vaření **7 min.** Doba chlazení

Nutriční hodnoty (na porci):
930 kJ / 222 kcal

Tuky: **13,1 g** Bílkoviny: **18,4 g**
Sacharidy: **11,4 g**

INGREDIENCE

2 Porce

100 g	pomela nebo grapefruitu
50 g	červené cibule
30 g	mrkve
3	snítky koriandru
1	snítka bazalky
1	snítka máty
6	velkých krevet nebo tygřích krevet, oloupaných a zbavených střívka
1	stonek citronové trávy
5 g	česneku
1 polévková lžíce	<u>Kikkoman Pražený sezamový olej</u>
1 polévková lžíce	<u>Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo</u>
1 polévková lžíce	kokosového mléka
2 čajové lžičky	rybí omáčky
1 polévková lžíce	pražených ořechů, nadcených (arašidy nebo kešu)
1 polévková lžíce	smažené cibulky
8	listů římského salátu

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

6 velkých krevet nebo tygřích krevet, oloupaných a zbavených střívka - **1** stonek citronové trávy - **5 g** česneku - **1 polévková lžíce** Kikkoman Pražený sezamový olej - **1 polévková lžíce** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo - **1 polévková lžíce** kokosového mléka - **2 polévkové lžíce** rybí omáčky
Pokud jsou krevety velké, nakrájejte je na menší kousky (asi 4 kusy z každé krevety). Citronovou trávu a česnek nasekejte najemno. Na pánvi rozehejte Kikkoman Sezamový olej. Přidejte česnek a citronovou trávu a restujte, dokud se nerozvoní. Přidejte krevety a opékejte za míchání, dokud nejsou hotové (asi 3 minuty). Vypněte sporák. Přidejte Kikkoman Sójovou omáčku, kokosové mléko a rybí omáčku. Dobře promíchejte, aby se vše spojilo se šťávou z pánve. Přendejte do misky a nechte vychladnout na pokojovou teplotu.

Krok 2

100 g pomela nebo grapefruitu - **50 g** červené cibule - **30 g** mrkve - **3** snítky koriandru - **1** snítka máty - **1** snítka bazalky
Pomelo nebo grapefruit oloupejte a rozdělte na kousky velikosti sousta. Červenou cibuli nakrájejte na tenké plátky a krátce ji namočte do vody, aby ztratila část své štiplavosti. Mrkev nakrájejte na tenké proužky. Omyjte koriandr, mátu a bazalku. Natrhejte je na menší kousky, malé množství si ponechte stranou na ozdobu.

Krok 3

8 listů římského salátu - **1 polévková lžíce** pražených ořechů, nadcených (arašidy nebo kešu)

- **1 polévková lžíce** smažené cibulky - Odložené bylinky

Smíchejte vychladlé krevety z kroku 1 i s omáčkou s pomelem, zeleninou a bylinkami z kroku 2. Dejte asi na 10 minut vychladit do lednice. Na servírovací talíř rozložte listy římského salátu. Navrch položte salát a ozdobte rozdrčenými praženými ořechy, smaženou cibulkou a odloženými bylinkami. Podávejte ihned.