KIKKOMAN

Picknickbrood met lamsshoarma en knoflooksaus

totale tijd **80 min.** **10 min.** voorbereidingstijd **10 min.** kooktijd **60 min.** marineertijd

Voedingswaarde (per portie):
2.300 kJ / 550 kcal

Vetten: **31 g** Eiwitten: **30 g**
Koolhydraten: **40 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

200 g	lamsschouder, in dunne plakjes gesneden
2	teentjes knoflook, gehakt
2 el	yoghurt, naturel
1 el	citroensap
1 el	olijfolie
1 tl	gemalen komijn
1 tl	paprikapoeder
0,5 tl	gemalen koriander
0,5 tl	kaneelpoeder
4 el	Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus

Voor de saus van geroosterde knoflook:

0,5	bol knoflook
1 snufje	zout
2 el	Kikkoman Teriyaki Woksaus met Geroosterde Knoflook
2 el	olijfolie
2 el	Griekse yoghurt

Extra ingrediënten:

1	klein brood
50 g	verse spinazie
80 g	labnehkaas
60 g	gemengde noten (bijv. amandelen, walnoten of cashewnoten), gehakt

VOORBEREIDING

Stap 1

200 g lamsschouder, in dunne plakjes gesneden - **2** teentjes knoflook, gehakt - **2 el** yoghurt, naturel - **1 el** citroensap - **1 el** olijfolie - **1 tl** gemalen komijn - **1 tl** paprikapoeder - **0,5 tl** gemalen koriander - **0,5 tl** kaneelpoeder - **4 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus

Meng de knoflook, naturelyoghurt, citroensap, olijfolie, gemalen komijn, paprikapoeder, gemalen koriander, kaneelpoeder en Kikkoman Sojasaus in een kom. Voeg de dungesneden lamsschouder toe, smeer evenredig in, dek af en laat ten minste 1 uur in de koelkast staan. Verhit de olie in een pan op hoog vuur. Bak de gemarineerde plakjes lam circa 5 7 minuten bruin en gaar. Zet apart.

Stap 2

0,5 bol knoflook - **1 snufje** zout - **2 el** Kikkoman Teriyaki Woksaus met Geroosterde Knoflook - **2 el** olijfolie - **2 el** Griekse yoghurt

Verwarm de oven voor op 200°C. Snijd de bovenkant van de knoflookbol af en besprenkel met olijfolie en een snufje zout. Wikkel in aluminiumfolie en rooster 30-40 minuten tot deze goudbruin en zacht is. Knijp de teentjes uit en plet ze als ze zijn afgekoeld. Roer de Kikkoman Teriyakisaus met Knoflook en de Griekse yoghurt erdoorheen.

Stap 3

1 klein brood - **50 g** verse spinazie - **80 g** labnehkaas - **60 g** gemengde noten (bijv. amandelen, walnoten of cashewnoten), gehakt

Snijd de bovenkant van het brood af en schep de broodpulp eruit, zodat er een 'kom' en een 'deksel'

overblijven. Verdeel de saus van geroosterde knoflook over de bodem van de broodkom. Leg de gebakken lamsshoarma, labnehkaas, verse spinazieblaadjes en gehakte gemengde noten erop. Doe het 'deksel' van het brood er weer op en wikkel strak in met vetvrij papier of aluminiumfolie zodat je het mee kunt nemen. Snijd in porties om te serveren.