KIKKOMAN

Edamole met sojasaus

totale tijd **25 min.** **25 min.** voorbereidingstijd

Voedingswaarde (per portie):
1.183 kJ / 282 kcal

Vetten: **21,9 g** Eiwitten: **11,1 g**
Koolhydraten: **11,6 g**

INGREDIËNTEN

4 porties

2	avocado's
	Sap van een limoen
2	teentjes knoflook
250 g	gepelde diepvries-edamame, ontdooid
6 el	Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus
	Olijfolie naar smaak
1	kleine ui
2	tomaten
2,5	stelen verse koriander
0,5 tl	cayennepeper
	Versgemalen peper

VOORBEREIDING

Stap 1

Halveer de avocado's, haal de pitten en het vruchtvlees eruit. Besprenkel het vruchtvlees meteen met wat limoensap, zodat het niet bruin wordt. Pel de knoflook, pureer met de edamame, sojasaus en het overige limoensap en doe naar smaak wat olijfolie erbij.

Stap 2

Pel de ui. Was de tomaten, verwijder de steelaanzet en snijd de tomaten en uien in kleine blokjes. Was de koriander, dep droog en hak fijn. Doe de uien, tomaten en koriander bij de edamamepuree en breng op smaak met cayennepeper en peper. Laat vóór het serveren minstens een uur koud staan.

Stap 3

Garneer de edamole naar wens met verse koriander en edamame en serveer.