

Gegrilde antipasti groenten met citroensojasaus

totale tijd **25 min.** 20 min. voorbereidingstijd 5 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
779 kJ / 186 kcal

Vetten: **15,1 g** Eiwitten: **2,4 g**
Koolhydraten: **8,4 g**

INGREDIËNTE

N

4 porties

0,5 aubergine
1 courgette
3 rode romano paprika's

Voor de citroensojasaus

1 eetlepel Kikkoman Mirin-Stijl Zoet
Koken Kruiden

2 eetlepels Kikkoman Natuurlijk
Gebrouwen Sojasaus

2 eetlepels citroensap

Voor de kruiden-knoflookolie

1 teentje knoflook
1 takje tijm
1 takje rozemarijn
6 eetlepels extra vierge olijfolie

VOORBEREIDING

Stap 1

Meng alle ingrediënten voor de citroensojasaus.

Stap 2

Pel en pers de knoflook voor de kruiden-knoflookolie. Was de kruiden, dep ze droog, hak ze fijn en verwarm ze langzaam in een kleine sauspan met de knoflook en de olie.

Stap 3

Was en trim de aubergine en courgette. Snijd ze in stukjes van zo'n ½ cm. Halveer de romano paprika's, verwijder de zaadjes en snijd ze in brede reepjes.

Stap 4

Bestrijk de groenten met de kruiden-knoflookolie en bak ze in een verwarmde pan of bakplaat, terwijl je ze gedurende zo'n 5 minuten af en toe omdraait. Verwijder voorzichtig het vel van de romano paprika's.

Stap 5

Doe alle groenten in een kom en marineer ze met de citroensojasaus.

Stap 6

Verdeel de antipasti groenten op borden, besprenkel ze met de overgebleven kruiden-

knoflookolie en serveer op kamertemperatuur.