

Gekruide zoete aardappelpuree

totale tijd **30 min.** 10 min. voorbereidingstijd 20 min. kooktijd

Voedingswaarde (per portie):
1384 kJ / 331 kcal

Vetten: **22,1 g** Eiwitten: **3,3 g**
Koolhydraten: **31,2 g**

INGREDIËNTE

N

4 porties

- 500 g** zoete aardappelen, geschild
- 2 eetlepels** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus
- 100 g** boter
- 1** sinaasappel, geraspt
- 1 snufje** nootmuskaat

VOORBEREIDING

Stap 1

Snijd de zoete aardappelen in kleine stukjes en kook ze in water tot ze zacht zijn. Giet ze af, doe ze terug in de pan op het fornuis (dat uit moet staan, maar nog wel heet is) en laat het overgebleven water wegstomen.

Stap 2

Breng op smaak met boter, Kikkoman Sojasaus, sinaasappelschil en geraspte nootmuskaat en stamp goed fijn.