

Yum Som-O: Thaise salade met pomelo en garnalen

totale tijd **30 min min.** 20 min. voorbereidingstijd **3 min.** kooktijd **7 min.** koeltijd

Voedingswaarde (per portie):
930 kJ / 222 kcal

Vetten: **13,1 g** Eiwitten: **18,4 g**
Koolhydraten: **11,4 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

100 g	pomelo of grapefruit
50 g	rode ui
30 g	wortel
3	takjes koriander
1	takje basilicum
1	takje munt
6	grote garnalen of tjiggergarnalen, gepeld en ontdaan van de darm
1	stengel citroengras
5 g	knoflook
1 el	<u>Kikkoman Geroosterde Sesamolie</u>
1 el	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus</u>
1 el	kokosmelk
2 tl	vissaus
1 el	geroosterde noten, fijngemalen (pinda's of cashewnoten)
1 el	gebakken uien
8	blaadjes romaine sla

VOORBEREIDING

Stap 1

6 grote garnalen of tjiggergarnalen, gepeld en ontdaan van de darm - **1** stengel citroengras - **5 g** knoflook - **1 el** Kikkoman Geroosterde Sesamolie - **1 el** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus - **1 el** kokosmelk - **2 el** vissaus
Als de garnalen groot zijn, snijd ze dan in hapklare stukjes (ongeveer 4 stukjes per garnaal). Hak het citroengras en de knoflook fijn. Verhit de Kikkoman Sesamolie in een koekenpan. Voeg de knoflook en het citroengras toe en bak tot het geurig ruikt. Voeg de garnalen toe en roerbak tot ze gaar zijn (ongeveer 3 min). Zet het vuur uit. Voeg de Kikkoman Sojasaus, kokosmelk en vissaus toe. Meng het goed door het bakvocht. Doe het mengsel in een kom en laat afkoelen tot kamertemperatuur.

Stap 2

100 g pomelo of grapefruit - **50 g** rode ui - **30 g** wortel - **3** takjes koriander - **1** takje munt - **1** takje basilicum
Schil de pomelo of grapefruit en snijd in hapklare stukjes. Snijd de rode ui in dunne plakjes en laat even in water weken om de scherpe smaak te verminderen. Snijd de wortel in julienne. Was de koriander, munt en basilicum. Scheur ze in stukjes en houd een klein beetje apart voor de garnering.

Stap 3

8 blaadjes romaine sla - **1 el** geroosterde noten, fijngemalen (pinda's of cashewnoten) - **1 el** gebakken uien - De apart gehouden kruiden
Meng de afgekoelde garnalen uit stap 1 en de saus met de pomelo, groenten en kruiden uit stap 2. Zet

ongeveer 10 minuten in de koelkast. Schik de romabladeren op een serveerschaal. Leg de salade erop en garneer met de fijngemaakte geroosterde noten, gebakken uien en apart gehouden kruiden. Serveer direct.