



Rezanci od tikvica i mrkve s tajlandskim kikiriki dressingom

 NAČIN PRIPREME
Srednje složena priprema

 VRIJEME PRIPREME
< 30 min

 BROJ PORCIJA
2

 BROJ NAMIRNICA
12



Sastojci

600 g tikvice (~3 komada)
200 g mrkve (~2 komada)
40 g mladog luka
5 g đumbira
2 češnja češnjaka
10 ml ulja
40 g maslaca od kikirikija
20 ml soja sosa
30 ml soka od limete
10 g meda
115 g tune naturale
1 žlica kikirikija za posipanje

Nutritivne vrijednosti

Skeniraj za prikaz na web stranici



Sitno nasjeckajte mladi luk, đumbir i češnjak.

Tikvice i mrkvu narežite na tanke trakice, uz pomoć spiralizatora ili guljača za krumpir.

Ako radite s guljačem povrće stalno rotirajte tako da gulite malu površinu i dobivate tanke rezance. Kikiriki maslacu dodajte soja sos, sok od limete i med i dobro promiješajte.

Na tavi zagrijte ulje pa dodajte rezance, đumbir, češnjak i mladi luk.

Dinstajte na jakoj vatri 2 minute dok povrće nije tek lagano povenulo i osjeća se fina aroma đumbira, češnjaka i luka.

Zalijte umakom od kikirikija i promiješajte. Dodajte ocijeđene komade tune naturale.

Ukрасite mladim lukom i žlicom kikirikija.

Dobar tek!