

Patata cotta sotto la brace con salsa al peperone rosso

Tempo totale **60 Min** 10 Min Tempo di preparazione **50 Min** Tempo di cottura

Valori nutrizionali (per porzione):

1.420 kJ / 340 kcal

Grassi: **14 g** Proteine: **9 g**

Carboidrati: **42 g**

INGREDIENTI

2 Porzioni

400 g	di patate
30 ml	di olio di colza
2	peperoni rossi
2	spicchi di aglio, tritati
20 ml	<u>Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman</u>
10 ml	di succo di limone
120 g	di ceci cotti
	Alcune foglie di coriandolo o prezzemolo, intere

PREPARAZIONE

Passaggio 1

400 g di patate - **30 ml** di olio di colza

Irrorare le patate con l'olio di colza, avvolgerle nella carta stagnola e interrarele nelle braci del fuoco per circa 40 minuti.

Passaggio 2

2 peperoni rossi

Arrostire i peperoni sul fuoco, quindi metterli in una ciotola, coprire bene e lasciare riposare per 10 minuti prima di togliere la pelle.

Passaggio 3

2 spicchi di aglio, tritati - **20 ml** Salsa di Soia a Fermentazione Naturale Kikkoman - **10 ml** di succo di limone - **120 g** di ceci cotti - Alcune foglie di coriandolo o prezzemolo, intere

Tagliare finemente i peperoni arrostiti e mescolarli con l'aglio tritato, la Salsa di Soia Kikkoman e il succo di limone. Aggiungere i ceci e schiacciarli leggermente con una forchetta. Aprire le patate cotte, schiacciare leggermente l'interno e condire con la salsa. Guarnire con le foglie di coriandolo o prezzemolo.