KIKKOMAN

Ratatouille

Tempo totale **30 Min** **30 Min** Tempo di preparazione

Valori nutrizionali (per porzione):
736 kJ / 175 kcal

Grassi: **10,6 g** Proteine: **4,2 g**
Carboidrati: **18,6 g**

INGREDIENTI

4 Porzioni

1	cipolla
1	zucchina
1	melanzana
2	pomodori da sugo
1	di olio d'oliva
4 cucchiai	spicchio d'aglio
6,5 cucchiai	Salsa di Soia Biologica a Fermentazione Naturale Kikkoman
200 ml	di succo di pomodoro
	sale
	origano
	polvere di peperoncino

PREPARAZIONE

Passaggio 1

Mondare le cipolle e tagliarle a pezzetti. Lavare, pulire e tagliare a pezzetti zucchina, melanzana e pomodori da sugo. Riscaldare l'olio d'oliva in padella, aggiungere e far saltare l'aglio schiacciato, la cipolla e le verdure. Versare la salsa Wok e il succo di pomodoro e cuocere le verdure a temperatura media finché non siano al dente. Insaporire la ratatouille con sale, origano e polvere di peperoncino.