

# Borsch de luxe au ponzu et à l'huile de sésame

durée totale **35 min.** 10 min. temps de préparation 25 min. temps de cuisson

Données nutritionnelles (par portion):  
**941 kJ / 226 kcal**

Matières grasses: **9,8 g** Protéines: **5 g**  
Glucides: **26,8 g**

## INGRÉDIENTS

2 portions

**200 g** de betteraves sous vide  
**1** carotte  
**100 g** de pommes de terre  
**1** petit oignon  
**1** gousse d'ail  
**3 càc** Huile de sésame grillé Kikkoman  
**1** feuille de laurier  
**500 ml** d'eau  
**3 càs** Préparation à diluer à chaud pour soupe Ramen saveur Shoyu (Sauce Soja) Kikkoman  
**1** tomate de taille moyenne  
**125 g** de chou pointu (ou chou blanc)  
**1 càs** Ponzu - un Mélange de Sauce Soja et Vinaigre, goût Citron Kikkoman  
**1 càs** Assaisonnement de cuisine sucré de style Mirin Kikkoman  
Du poivre fraîchement moulu  
**3 pincées** de carvi moulu  
**2 càs** de crème sure végétalienne  
**0,5 càc** d'aneth frais

## PRÉPARATION

### Étape 1

**200 g** de betteraves sous vide - **1** carotte - **100 g** de pommes de terre - **1** petit oignon - **1** gousse d'ail - **3 càc** Huile de sésame grillé Kikkoman **1** feuille de laurier - **500 ml** d'eau - **3 càs** Préparation à diluer à chaud pour soupe Ramen saveur Shoyu (Sauce Soja) Kikkoman

Couper la betterave en très petits cubes et tailler la carotte et les pommes de terre en dés. Hacher finement l'oignon et l'ail, puis les faire revenir doucement avec l'huile de sésame Kikkoman dans une casserole. Ajouter la betterave, la carotte, les pommes de terre, le laurier, l'eau et la Base de soupe pour Ramen Kikkoman. Porter à ébullition et laisser cuire à couvert pendant environ 10 minutes. Écumer la mousse si nécessaire.

### Étape 2

**1** tomate de taille moyenne - **125 g** de chou pointu (ou de chou blanc)

Couper la tomate en morceaux et tailler le chou pointu en lanières. Ajouter les deux à la soupe et laisser cuire encore 10 minutes.

### Étape 3

**1 càs** Ponzu - un Mélange de Sauce Soja et Vinaigre, goût Citron Kikkoman - **1 càc** Assaisonnement de cuisine sucré de style Mirin Kikkoman - Poivre fraîchement moulu selon le goût - **3 pincées** de carvi moulu - **2 càs** de crème sure végétalienne - **0,5 càc** d'aneth frais  
Assaisonner avec le Ponzu au Citron Kikkoman, l'Assaisonnement sucré de style Mirin Kikkoman, le poivre et le carvi, puis laisser cuire encore 5 minutes. Répartir dans des bols, déposer de petites

touches de crème sure végétalienne, saupoudrer d'aneth et servir.