

## Edamamebönor



Här njuter jag av bönorna i Hua Hin!

Så enkelt och så gott!

Koka de frysta bönorna i saltat vatten! Servera bönorna i en skål och strö över lite flingsalt.

Edamamebönan passar till allt som snacks, mellanmål, förrätt eller tillbehör.

Edamamebönan är japanska sojabönor som har en god nötig smak. Bönan innehåller mycket järn, C och A vitamin men det som gör denna böna lite speciell är att den innehåller mycket protein och fibrer.

Tips.

När jag har lite extra bråttom så tar jag vattenkokaren och kokar upp lite vatten. Häller över lite tinade bönor. Låter stå en liten stund. Klart!