HAUGEN-GRUPPEN

Poké Bowl Med Grillad Lax (4 personer)

Preparation

Skär laxen i 4 bitar och lägg den i marinaden. Låt marinera i 30 minuter och stek de sedan några minuter i het ugn.

Strimla Zucchinin fint och marinera den 10 minuter i lime och honung, låt den sedan rinna av. Skala och strimla morötterna fint.

Ansa och skiva svampen tunt. Smula noriarket i små smulor. Lägg lite ris i botten på en skål och fortsätt med fisk, grönsaker och tillbehör. Toppa med nori-smulorna och dressingen.

Produkter

tillagat sushiris	4 dl
lax	200g
Marinad	
Blue Dragon Japansk Soja	1 dl
Blue Dragon Sesamolja	0,5 tsk
pressad citron	1 tsk
sesamfrön	2 msk
Vispa samman och smaka av.	
zucchini	10 cm
pressad lime	1 msk
flytande honung	1 msk
morötter	2 små
finstrimlad salladslök	2 dl
champinjoner	8 små
färska koriander- eller persiljeblad	
Sushi Nori *(kan inneholde spor av Kräftdjur,Fisk,Blötdjur,Nötter (eng: tree nuts),Jordnötter)	1 ark
Sushi Gari Ingefära *(kan inneholde spor av Jordnötter,Nötter (eng: tree nuts))	4 msk
Spicy Majo	

*Allergens