



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Soyamarinert laks med jasminris og mangosalat, toppet med kjerneblanding

Jasminris

135 g jasminris

Soyamarinert laks

270 g laksefilet
1 pakke chiliflak
1 pakke sesamfrø
1 stk lime
2 poser glutenfri soyasaus
2 ss olivenolje ^B

Mangosalat

1 stk mango
1 stk rødløk
1 stk agurk
75 g Mamma Mia salatblanding
1 pakke kjerneblanding

olje ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 200 grader varmluft.
2. **Jasminris:** Tilbered risen som anvist på pakken.
3. **Soyamarinert laks:** Legg fisken i en smurt ildfast form. Bland sammen chiliflakene, sesamfrøene, saften fra halve limen, soyasausen og 2 ss olivenolje i en skål, og hell blandingen over fisken. Stek fisken i ovnen i 8–9 minutter, eller til den flaker seg ved et lett trykk med fingeren.
4. **Mangosalat:** Skrell og kutt mangoen i terninger. Skrell og finhakk rødløken. Kutt agurken i skiver. Skyll og tørk salaten. Bland sammen mangoen, løken, agurken og salaten i en serveringsskål. Topp salaten med kjerneblanding.
5. **Servering:** Server soyablandingen fra fiskeformen som saus. Kutt resten av limen i båter, og server båtene til retten.



TIPS!

Ha litt flytende honning i soyamarinaden for en rundere smak.