

Kuşkonmazlı ve somon ceviche'li kâse (poke bowl)

toplam süre **45 dak.** 10 dak. hazırlık süresi 5 dak. pişme süresi 30 dak. marine süresi

Besin değerleri (porsiyon başı):
2.400 kJ / 585 kcal

Yağ: **28 gr** Protein: **32 gr**
Karbonhidrat: **47 gr**

MALZEMELER

2 porsiyon

300 gr	taze sushi kalitesinde somon
100 ml	yeşil limon suyu
2 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Poke Sos</u>
1 tatlı kaşığı	<u>Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağı</u>
300 gr	yeşil kuşkonmaz
1 yemek kaşığı	tereyağı
1 tatlı kaşığı	zeytinyağı
1 tatlı kaşığı	limon suyu
1 tatlı kaşığı	<u>Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu</u>
150 gr	pişmiş sushi veya yasmin pirinci
2 yemek kaşığı	<u>Kikkoman Sushi Pirinç Lezzetlendiricisi (125ml)</u>
0,5	mango (küp küp doğranmış)
0,5	avokado (küp küp doğranmış)
1 yemek kaşığı	çörek otu
2 yemek kaşığı	doğranmış taze kişniş

HAZIRLANIŞ

Adım 1

300 gr taze sushi kalitesinde somon - **100 ml** yeşil limon suyu - **2 yemek kaşığı** Kikkoman Poke Sos **1 tatlı kaşığı** Kikkoman Kavrulmuş Susam Yağı Somonu küçük küpler halinde kesin. Bir kâse içerisinde yeşil limonu suyunu Kikkoman Poke Sauce ve Kikkoman Sesame Oil ile karıştırın. Marinasyon sosunu somonun üzerine dökün ve iyice karıştırın. Buzdolabında 30 dakika bekletin.

Adım 2

300 gr yeşil kuşkonmaz - **1 yemek kaşığı** tereyağı - **1 tatlı kaşığı** zeytinyağı - **1 tatlı kaşığı** limon suyu - **1 tatlı kaşığı** Kikkoman Doğal Olarak Fermente Soya Sosu Kuşkonmazları yıkayın, odunsu uç kısımlarını kırın ve 3-4 cm'lik parçalar halinde kesin. Bir tavada tereyağı ve zeytinyağını ısıtın, kuşkonmazları ekleyin ve sık sık karıştırarak 2-3 dakika soteleyin. Limon suyunu ve Kikkoman Soy Sauce'u ekleyin, karıştırıp 1 dakika daha pişirin. Kenara alın.

Adım 3

150 gr pişmiş sushi veya yasmin pirinci - **2 yemek kaşığı** Kikkoman Sushi Pirinç Lezzetlendiricisi (125ml) - **0,5** mango - **0,5** avokado - **1 yemek kaşığı** çörek otu - **2 yemek kaşığı** doğranmış taze kişniş Pirinci Kikkoman Seasoning for Sushi Rice ile karıştırın. Pirinci kâselere paylaşın, üzerine ilk adımdaki somon ceviche'yi ve 2. adımdaki kuşkonmazları ekleyin. Ardından küp küp doğranmış mango ve avokadoyu yerleştirin. Kalan somon marinasyonunu üzerine gezdirin, çörek otu ve kişniş serpererek servis yapın.

