

Poké bowl met asperges en zalmceviche

totale tijd **45 min.** 10 min. voorbereidingstijd 5 min. kooktijd 30 min. marineertijd

Voedingswaarde (per portie):
2.400 kJ / 585 kcal

Vetten: **28 g** Eiwitten: **32 g**
Koolhydraten: **47 g**

INGREDIËNTEN

2 porties

300 g	verse zalm van sushikwaliteit
100 ml	limoensap
2 el	<u>Kikkoman Saus Gebaseerd Op Sojasaus En Sesamolie Voor Poke-Stijl Vissalade</u>
1 tl	<u>Kikkoman Geroosterde Sesamolie</u>
300 g	groene asperges
1 el	boter
1 tl	olijfolie
1 tl	citroensap
1 tl	<u>Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus</u>
150 g	gekookte sushi- of jasmijnrijst
2 el	<u>Kikkoman Smaakverfijner voor Sushirijst (125ml)</u>
0,5	mango
0,5	avocado
1 el	zwarte sesamzaadjes
2 el	gehakte koriander

VOORBEREIDING

Stap 1

300 g verse zalm van sushikwaliteit - **100 ml** limoensap - **2 el** Kikkoman Saus Gebaseerd Op Sojasaus En Sesamolie Voor Poke-Stijl Vissalade **1 tl** Kikkoman Geroosterde Sesamolie
Snijd de zalm in kleine blokjes. Meng in een kom het limoensap met de Kikkoman Pokésaus en Kikkoman Sesamolie. Giet de marinade over de zalm en meng goed. Zet 30 minuten in de koelkast.

Stap 2

300 g groene asperges - **1 el** boter - **1 tl** olijfolie - **1 tl** citroensap - **1 tl** Kikkoman Natuurlijk Gebrouwen Sojasaus
Was de asperges, snijd de houtige uiteinden eraf en snijd ze in stukken van 3-4 cm. Verhit de boter en olijfolie in een pan, voeg de asperges toe en bak ze 2-3 minuten onder regelmatig roeren. Voeg het citroensap en de Kikkoman Sojasaus toe, meng alles en bak nog 1 minuut. Zet apart.

Stap 3

150 g gekookte sushi- of jasmijnrijst - **2 el** Kikkoman Smaakverfijner voor Sushirijst (125ml) - **0,5** mango - **0,5** avocado - **1 el** zwarte sesamzaadjes - **2 el** gehakte koriander
Meng de rijst met de Kikkoman Smaakverfijner voor Sushirijst. Verdeel de rijst over kommen, voeg de zalmceviche uit stap 1 en de asperges uit stap 2 toe en garneer met de in blokjes gesneden mango en avocado. Besprenkel met de resterende zalmmarinade en bestrooi met de zwarte sesamzaadjes en koriander.