



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Donburi med ponzubakt laksefilet, ingefærsyltet agurk og avokado

Marinert ris

150 g risottoris
1 ss eplesider- eller
hvitvinseddik ^B
1 ts sukker ^B
3 dl vann ^B

Ingefærsyltet agurk

½ bit ingefær
½ stk agurk
1 ss vann ^B
½ ss eddik 7 % ^B
1 ss sukker ^B

Soyamajones

½–1 pakke aioli
1 ss soyasaus ^B

Ponzubakt laksefilet

270 g laksefilet
1 pakke ponzusaus

Tilbehør

1 stk avokado
100 g finsnittet rødkål
1 pakke sesamfrø

salt ^B

^B Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.
2. **Marinert ris:** Skyll risen i kaldt vann, til vannet blir klart. Bland sammen 1 ss eddik, 1 ts sukker og litt salt i en skål. Ha risen og 3 dl vann i en kjele og kok opp. Ha på lokk og kok risen videre på lav varme i 12 minutter eller til risen er ferdig.
3. **Ingefærsyltet agurk:** Skrell og finhakk ingefæren. Bland sammen 1 ss vann, ½ ss eddik og 1 ss sukker i en skål. Skyll agurken, og kutt den på langs i lange bånd. Bruk gjerne en mandolin. Vend ingefæren og agurken sammen med marinaden og la det marinere frem til servering.
4. **Soyamajones:** Ha aiolien i en skål og smak til med 1 ss soyasaus.
5. **Ponzubakt laksefilet:** Ha fisken i en smurt ildfast form og krydre med litt salt. Ha ponzusausen over fisken og bak den i ovnen i omtrent 8 minutter.
6. **Tilbehør:** Del avokadoen og fjern steinen. Ta ut kjøttet med en skje og kutt avokadokjøttet i terninger.
7. **Marinert ris, fortsettelse:** La risen dampe fra seg i 1 minutt og vend den forsiktig sammen med marinaden.
8. Fordel den marinerte risen i skåler og ha agurken, fisken, rødkålen og avokadoen over. Topp med soyamajones og sesamfrø, og nyt!



TIPS!

Fisken kan pannestekes for ekstra smak, eller serveres råmarinert hvis du heller ønsker det.