



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

# Ricebowl med tacokrydret laks, kikerter og curry- og mangodressing

## Jasminris

135 g jasminris

## Tacokrydret laks og kikerter

270 g laksefilet

1 pakke kikerter

½ pakke three spice

1 ss olje <sup>B</sup>½ ts salt <sup>B</sup>

## Grønnsaker

½ stk agurk

1 pakke mais

120 g strimlet kålsalat

½ stk lime

1 ts sukker <sup>B</sup>

## Til servering

½ pakke curry- og mangodressing

½ stk lime

bakepapir (kan sløyfes) <sup>B</sup><sup>B</sup> Basisvare

1. Varm opp stekeovnen til 220 grader varmluft.

2. **Jasminris:** Tilbered risen som anvist på pakken.3. **Tacokrydret laks og kikerter:** Kutt laksen i munnstore biter. Sil laken av kikertene. Ha laksebitene og kikertene i en bolle med 1 ss olje, three spice krydderet og ½ ts salt, og vend godt sammen. Fordel det utover et stekebrett med bakepapir. Stek fisken og kikertene midt i ovnen i 5-6 minutter, eller til fisken er gjennomstekt.4. **Grønnsaker:** Skyll og kutt agurken i terninger. Sil laken av maisen, og ha agurken og maisen i hver sine skåler. Ha den strimlede kålsalaten i en bolle og vend inn saft fra halve limen, litt salt og 1 ts sukker.5. **Til servering:** Kutt resten av limen i båter. Fordel risen i skåler, og fordel laksen, kikertene, agurken, maisen og den marinerte kålsalaten over. Server curry- og mangodressing og limebåtene ved siden av.

## TIPS!

Du kan også steke laksen og kikertene i stekepanne hvis du heller vil det.