



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



25 - 35 MIN. TILBEREDNING

Laks med teriyakisauce og agurkesalat

Det skal du bruge

200 g ris
2 stk laksefiletter u. skind (har været frosset)
2½ g ingefær
½ stk solo hvidløg
1½ spsk sojasauce
½ spsk rød balsamico
¾ spsk honning
½ stk skalotteløg
½ stk agurk
125 g radiser

Du skal selv have:

Olie, Peber, Salt

Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen og varm op til 175°C.
- 2 Kog ris i 3½ dl vand under låg i 12 min. Sluk og lad dem trække færdig med låg på.
- 3 **Ovnbagt laks:** Krydr laksen med salt og peber på begge sider. Læg dem på et passende fad med bagepapir i bunden. Bag dem i ovnen i ca. 18 min.
- 4 **Teriyakisauce:** Riv ingefær og pres hvidløg. Bland i en skål med soja, balsamicoeddike, honning, 1 spsk vand og ½ spsk olie.
- 5 **Agurkesalat:** Skræl skalotteløg og skær i skiver. Skær agurk i strimler og bland med skalotteløg i en skål. Bland halvdelen af teriyakisaucen i.
- 6 Skær radiser i skiver.
- 7 Servér ovnbagt laks med agurkesalat, ris, radiser og resten af teriyakisaucen.

Allergener

Fisk, Gluten, Hvede, Soja, Svovldioxid

Vidste du at...

Vi altid skriver antal holdbarhedsdage inkl. leveringsdagen på hver opskrift. På den måde kan du planlægge, i hvilken rækkefølge retterne bør spises.

Du kan bruge anbefal-linket på dine sider, så både du og dine venner kan få en god deal.



Næringsværdier

Energi pr. portion:	3.220 kj / 769 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	27,1 g
heraf mættede fedtsyrer	3,9 g
Kulhydrat	92,7 g
heraf sukkerarter	11,7 g
Protein	38,8 g
Salt	3,1 g
Kostfibre	2,8 g