



2 PORTIONER



5 DAGES HOLDBARHED



25 - 35 MIN. TILBEREDNING

Laks med teriyakisauce og agurkesalat

Det skal du bruge

200 g ris hvide
2 stk laks uden skind (har været frosset)
1½ spsk sojasauce
½ spsk balsamico rød
2½ g ingefær
¾ spsk honning
½ stk hvidløg solo
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 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:** Hæl soja i en skål og bland med balsamicoeddike, 1 spsk vand, revet ingefær, honning, ½ spsk olie og presset hvidløg.
- 5 Skræl skalotteløg og skær i skiver. Skær agurk i strimler og bland med skalotteløg i en skål. Bland halvdelen af teriyakisaucen i, gem resten til senere.
- 6 Skær radiser i skiver.
- 7 Servér ovnbagt laks med agurkesalat, ris, radiser og resten af teriyakisaucen.

Allergener

Fisk, Gluten, 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