



2 PORTIONER



4 DAGES HOLDBARHED



25 - 35 MIN. TILBEREDNING

# Donburi med ponzubagt laks, ingefærsyltet agurk og avocado

## Det skal du bruge

150 g risottoris  
1+½ spsk hvidvinseddike  
½ stk ingefær  
1 stk skoleagurk  
½ pakke aioli  
1 spsk sojasauce  
2 stk laksefiletter u. skind (har været frosset)  
½ pose ponzu sauce  
½ stykke rødkål  
½ stk avocado  
1 pose sesamfrø

## Du skal selv have:

Salt, Sukker

## Fremgangsmåde

- 1 Tænd ovnen og varm op til 125°C (Varmluft).
- 2 **Marinerede ris:** Skyl risene under koldt vand i 5 min. Dræn dem, kom i en gryde med 2¼ dl vand og bring i kog. Lad det simre under låg i 10-12 min. til der ikke er mere væske. Bland 1 spsk hvidvinseddike, ½ spsk sukker og lidt salt sammen. Bland forsigtigt marinaden med risene og sæt til side.
- 3 **Ingefærsyltet agurk:** Skræl ingefær og hak det fint. Bland det med hvidvinseddike, 1 spsk sukker og 1 spsk vand i en skål. Skær agurk i tynde skiver, gerne på en mandolin. Kom dem i skålen og lad det trække.
- 4 **Soja-aioli:** Kom aioli i en lille skål og smag til med soja.
- 5 **Ponzubagt laks:** Læg laksen i et smurt ovnfast fad og kom ponzu-saucen over. Bag den i ovnen 10-12 min.
- 6 **Tilbehør:** Snit rødkål fint, gerne på en mandolin. Læg det gerne i isvand, hvis du har tid. Del avocadoen, brug en ske til at skrabe kødet ud og skær det i tern.
- 7 **Donburi:** Fordel marineret ris i portionsskåle og kom syltet agurk, bagt laks, rødkål og avocadotern ovenpå. Top med aioli, drys med sesamfrø og servér.

## Allergener

Æg, Fisk, Gluten, Hvede, Sesamfrø, 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:	3.464 kj / 828 kcal
Indhold	Pr. portion
Fedt	39,8 g
heraf mættede fedtsyrer	5,7 g
Kulhydrat	80,3 g
heraf sukkerarter	14,7 g
Protein	37,2 g
Salt	3,3 g
Kostfibre	2,9 g