



Bildet kan avvike noe fra oppskriften.

Teriyakiglasert laksefilet med sesambakte gulrøtter, marinert knutekål og limeaioli

Fullkornsrís

125 g fullkornsrís

Sesambakte gulrøtter

400 g gulrøtter

1 pakke sesamfrø

🏠 1 ss smør

Limeaioli

½ stk lime

½ pakke aioli

Teriyakiglasert laksefilet

270 g laksefilet

½-1 pakke teriyakisaus

Marinert knutekål

½-1 stk knutekål

½ stk lime

🏠 ½-1 ss olivenolje

🏠 bakepapir (kan sløyfes)

🏠 olje

🏠 salt

🏠 pepper

1 Varm opp stekeovnen til 210 grader varmluft.

2 **Fullkornsrís:** Tilbered risen som anvist på pakken.

3 **Sesambakte gulrøtter:** Skrell og kutt gulrøttene i to på tvers, og så i staver på langs. Fordel gulrøttene utover et stekebrett med bakepapir, og vend inn litt olje, salt og pepper. Stek gulrøttene i ovnen i 10 minutter.

4 **Limeaioli:** Skyll og tørk limen. Finriv limeskallet på et rivjern. Ha aiolien i en skål, og smak til med limeskallet og saften fra limen.

5 **Sesambakte gulrøtter og teriyakiglasert laksefilet:** Ta ut brettet med gulrøttene ut av ovnen, vend inn 1 ss smør, og dryss over sesamfrøene. Legg laksen oppå gulrøttene, og topp med teriyakisausen. Stek det hele i ovnen i 8-10 minutter.

6 **Marinert knutekål:** Skrell og kutt knutekålen i tynne strimler med en skarp kniv eller mandolin. Ha kålstrimlene i en skål, og vend inn saften fra limen, ½-1 ss olivenolje og litt salt.

7 **Servering:** Topp laksen med knutekålen ved servering.