

Sushibowls med laks og tang

Opskrift til 2 skåle

Samlet tid

25 minutters tid

Ingredienser

- 1 dl sushi ris + lidt hvidvinseddike
- 1 dåse kikærter + lidt olie og salt
- 1 sød kartoffel + olie og salt
- en stor håndfuld grønne bønner
- 150 g røget laks
- 1-2 stykker nori tang
- 1/2 agurk
- 1/2 peberfrugt
- 10 cherrytomater
- 1 striml forårsløg
- 2 tsk. sesam
- 2 spsk. chilimayo

Dressing

- 3 spsk. sesamolie
- 1 spsk. limesaft
- 1 fed hvidløg
- en stump (3 cm) frisk ingefær
- 1 tsk. sukker
- 1 spsk. soyasauce

Sådan gør du

1. Start med at koge sushiris efter anvisning, som skulle du bruge dem til sushi. Vend dem også efterfølgende i lidt eddike.
2. Skyl sød kartoffel, skær enderne fra og skær ellers i små stykker som kommes på en bageplade beklædt med bagepapir (eller i en airfryer). Vend lidt olie over + salt. Bag i 20 minutters tid (lidt kortere tid hvis du bruger airfryer)
3. Efter 10 minutter, kommes bønnerne og kikærterne også ind, hæld lidt ekstra olie over dem.
4. Skær agurk, peberfrugt, cherrytomater og forårsløg ud i mine stykker
5. Bland dressingen sammen, ingefær og hvidløg pilles /skrælles og rives her i.
6. Anret det hele i skåle og server med dressing, mayo og sesam på toppen. Tangen knuses blot.