POKE BOWL MED MANGO OG BØNNER

Del mango og avokado i tynne skiver. Kutt kål i tynne strimler og vårløk i ringer. Del laksen i litt store terninger. Bland sammen ingrediensene til marinaden og vend laksen raskt i blandingen. Ha ris i en bolle, fordel grønnsaker og laks over og avslutt med et dryss sesamfrø. Pynt med spirer og frisk koriander. Server gjerne med soyasaus ved siden av.

Tips:

For ekstra sting i sausen; tilsett 1/2 ts sterk chilisaus.

INGREDIENSER

3 stk. mango skåret i skiver

3 stk. avokado

120 g rødkål

6 stilker vårløk

600 g salma

300 g Norrek salatbønneblanding

6 porsj. fullkornris, kokt

Friske spirer og koriander

Marinade:

4 ss soyasaus

2 ss sesamolje

2 ss riseddik

1 ss sorte sesamfrø

Til servering:

Soyasaus