KIKKOMAN

Revolusjonerende risburger med syrlig tunfisk

total tid **25 min.** **20 min.** tilberedningstid **5 min.** koketid

Næringsinnhold (per porsjon):
4.689 kJ / 1.120 kcal

Fett: **36,5 g** Protein: **87,1 g**
Karbohydrater: **106,4 g**

INGREDIENSER

2 porsjoner

380 g	kokt sushiris
2 ss	olje
2	tunfiskbiffer, ca. 200 g hver
4 ss	Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus Med Mindre Salt
2 ss	Kikkoman ristet Sesamolje
1 ss	honning
1 ss	sitronsaft
1	fedd hvitløk
0,5 ts	pepper
Saus:	
2 ss	majones
0,5 ts	raspet ingefær
2 ss	limesaft
0,5 ts	Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus Med Mindre Salt
Dessuten:	
2	salatblader
2 ss	svarte sesamfrø
1 ss	hakket vårløk
1	mango
1	agurk

TILBEREDNING

Steg 1

380 g kokt sushiris - **2 ss** olje
Kle en rund form med matfilm, ca. 12 cm i diameter. Legg ¼ av den kokte sushirisen oppi og trykk godt ned. Fjern den forsiktig sammen med matfilmen, pakk den inn og legg til side. Lag tre kaker til med resten av risen og la stå i kjøleskap i ca. 30 minutter. Stek så hver riskake i en godt oppvarmet tørr stekepanne til de er gyllenbrune på begge sider.

Steg 2

2 tunfiskbiffer, ca. 200 g hver - **4 ss** Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus Med Mindre Salt - **2 ss** Kikkoman ristet Sesamolje - **1 ss** honning - **1 ss** sitronsaft - **1** fedd hvitløk - **0,5 ts** pepper
Vask og tørr tunfisken. Bland Kikkoman Soyasaus – Mindre Salt, Kikkoman Sesamolje, honning, sitronsaft, hakket hvitløk og pepper. Mariner biffene i denne blandingen i ca. 20 minutter, ta dem deretter ut og grill dem i 1-2 minutter på hver side. Spar litt av marinaden til senere.

Steg 3

2 ss majones - **0,5 ts** raspet ingefær - **2 ss** limesaft - **0,5 ts** Kikkoman Naturlig Brygget Soyasaus Med Mindre Salt
Bland majonesen med raspet ingefær, limesaft og Kikkoman Soyasaus – Mindre Salt.

Steg 4

2 salatblader - **2 ss** svarte sesamfrø - **1 ss** hakket vårløk - **1** mango - **1** agurk
Smør majonessausen på riskaken. Legg salat og tunfiskbiff på toppen, hell over en skje marinade og

dryss over sesamfrø og vårløk. Tilsett tynne skiver av mango og agurk. Legg på en annen riskake og server varm.