KIKKOMAN

Teriyaki losos a křupavé brambory

Celkový čas vaření **40 min.** **10 min.** Doba přípravy **30 min.** Doba vaření

Nutriční hodnoty (na porci):
5.543 kJ / 1.327 kcal

Tuky: **96,7 g** Bílkoviny: **57,4 g**
Sacharidy: **54,7 g**

INGREDIENCE

2 Porce

Brambory:

6	malých brambor
0,5 čajové lžičky	soli

Losos:

400 g	filetů z lososa
0,5 čajové lžičky	soli
1 špetka	čerstvě mletého černého pepře
100 g	pražených bílých sezamových semínek
1 polévková lžíce	olivového oleje
100 ml	Kikkoman Teriyaki BBQ omáčka s medem a kouřovou příchutí

Dokončení křupavých brambor:

1 čajová lžička	olivového oleje
1	stroužek česneku, nakrájený na plátky
4 čajové lžičky	Kikkoman Pražený sezamový olej
4 čajové lžičky	Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo

Na dokončení:

1 polévková lžíce	Kikkoman Pražený sezamový olej

Salát:

100 g	směsi salátových listů
1 polévková	Kikkoman Sójová omáčka

POSTUP PŘÍPRAVY

Krok 1

6 malých brambor - **0,5 čajové lžičky** soli
Brambory omyjte a vložte do hrnce s osolenou vodou. Přiveďte k varu a vařte doměkka. Sceďte a každou bramboru lehce rozmáčkněte.

Krok 2

400 g filetů z lososa - **0,5 čajové lžičky** soli - **1 špetka** čerstvě mletého černého pepře - **100 g** pražených bílých sezamových semínek
Filety z lososa osolte a opepřete, poté je přitlačte do pražených bílých sezamových semínek, aby se jimi obalily.

Krok 3

1 polévková lžíce olivového oleje - **100 ml** Kikkoman Teriyaki BBQ omáčka s medem a kouřovou příchutí
Na pánvi rozehřejte olivový olej na středním plameni a opečte lososa z kroku 2, dokud nebude hotový. Pánev stáhněte z ohně a lososa potřete Kikkoman Teriyaki BBQ omáčkou med & kouřová chuť.

Krok 4

1 čajová lžička olivového oleje - **1** stroužek česneku, nakrájený na plátky - **4 čajové lžičky** Kikkoman Pražený sezamový olej **4 čajové lžičky** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo
V samostatné pánvi na středním plameni opékejte na olivovém oleji plátky česneku a rozmáčknuté brambory z kroku 1, dokud nebudou křupavé a zlatavé. Zakápněte Kikkoman Sezamovým olejem a dochuťte Kikkoman Sójovou omáčkou.

lžíce přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo
1 polévková olivového oleje
lžíce

Krok 5
1 polévková lžíce Kikkoman Pražený sezamový olej
Křupavé brambory naservírujte vedle glazovaného lososa a před podáváním lososa zakápněte Kikkoman Sezamovým olejem.

Krok 6
100 g směsi salátových listů - **1 polévková lžíce** Kikkoman Sójová omáčka přirozeně fermentovaná tekuté ochucovadlo - **1 polévková lžíce** olivového oleje
Salátové listy omyjte a zakápněte Kikkoman Sójovou omáčkou a olivovým olejem. Podávejte s křupavými bramborami a lososem.