

Laosilainen rapea riisisalaatti

kokonaisaika **45 min** 10 min esivalmistelut 35 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):
3.463,0 kJ / 829 kcal

Rasva: **50 g** Proteiini: **25,2 g**
Hiilihydraatit: **62,5 g**

AINEKSET

2 annosta

250 g keitettyä lyhytjyväistä sushiriisiä (edellispäivänä keitetty käy hyvin)
0,5 tl punaista thai-currytahnaa
2 tl Kikkoman paahdettu seesamiöljy
3 tl Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike

Kastike:

0,5 pieni punainen chili
1 valkosipulinkynsi
1 pienen limetin raastettu kuori ja mehu
2 tl Kikkoman paahdettu seesamiöljy
3 rkl Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
0,5 tl fariinisokeria
50 ml passionhedelmämehua (tai appelsiinimehua)
4 hyppyselli vastajauhettua mustapippuria
stä
100 g babypinaattia
2 minikurkkua
2 porkkanaa
0,5 nippu persiljaa, korianteria ja/tai minttua
Vegaaninen munakokkeli:
1 tl Kikkoman paahdettu seesamiöljy
0,5 punasipuli
1 pieni valkosipulinkynsi

VALMISTUS

Vaihe 1

250 g keitettyä lyhytjyväistä sushiriisiä (edellispäivänä keitetty käy hyvin) - **0,5 tl** punaista thai-currytahnaa - **2 tl** Kikkoman paahdettu seesamiöljy **3 tl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
Lämmitä uuni 200 asteeseen ja päällystä pieni uunipelti leivinpaperilla. Sekoita riisi, currytahna, Kikkoman seesamiöljy ja Kikkoman soijakastike. Levitä seos tasaisesti uunipelille ja paista uunissa 20–30 minuuttia. Kääntelee riisiä kerran paistoaajan puolivälissä. Paista, kunnes riisi on rapeaa ja hiukan ruskistunutta.

Vaihe 2

0,5 pieni punainen chili - **1** valkosipulinkynsi - **1** pienen limetin raastettu kuori ja mehu - **2 rkl** Kikkoman paahdettu seesamiöljy - **3 rkl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **0,5 tl** fariinisokeria - **50 ml** passionhedelmämehua (tai appelsiinimehua) - **4 hyppysellistä** vastajauhettua mustapippuria
Silppua chili sekä valkosipuli ja sekoita joukkoon limetin raastettu kuori ja mehu, Kikkoman seesamiöljy, Kikkoman soijakastike, fariinisokeri ja passionhedelmämehu. Mausta pippurilla.

Vaihe 3

100 g babypinaattia - **2** minikurkkua - **2** porkkanaa - **0,5 nippu** persiljaa, korianteria ja/tai minttua
Huuhtelee ja kuivaa pinaatti. Suikaloi kurkut ja porkkana pituussuunnassa ohuiksi nauhoiksi. Silppua yrtit ja sekoita sitten salaattiainekset vaiheen 2 kastikkeen kanssa.

100 g kiinteää tofua
2 tl Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike
0,5 tl auhettua kurkumaa
Valinnainen: kala namak -suolaa
30 g wasabi-herneitä pilkottuna
1 pieni luomulimetti lohkoina
Muutama mintunlehti

Vaihe 4

1 tl Kikkoman paahdettu seesamiöljy - **0,5** punasipuli - **1** pieni valkosipulinkynsi - **100 g** kiinteää tofua - **2 tl** Kikkoman luonnollisesti valmistettu soijakastike - **0,5 tl** jauhettua kurkumaa - Valinnainen: kala namak -suolaa
Kuumenna Kikkoman seesamiöljy pienellä pannulla. Silppua sipuli sekä valkosipuli ja paista niitä pannulla, kunnes ne pehmenevät. Murena tofu joukkoon, sekoita hyvin ja mausta sitten Kikkoman soijakastikkeella, kurkumalla ja halutessasi kala namak -suolalla. Paista, kunnes tofu on lämmennyt ja kaikki ainekset ovat sekoittuneet hyvin.

Vaihe 5

30 g wasabi-herneitä pilkottuna - **1** pieni luomulimetti lohkoina - Muutama mintunlehti
Asettele salaattiainekset lautasille aloittaen vaiheen 3 aineksista. Lisää niiden päälle rapea riisi, vegaaninen munakokkeli, wasabiherneet, limetinlohkot sekä minttu ja tarjoile.