

Salmon Tartar Steaks with Ponzu & Radish Dip

kokonaisaika **20 min** 15 min esivalmistelut 5 min valmistus

Ravintosisältö (per annos):
1.141 kJ / 273 kcal

Rasva: **16,6 g** Proteiini: **21,4 g**
Hiilihydraatit: **8,1 g**

AINEKSET

2 annosta

200 g tuoretta lohifileetä
(ruodoton ja nahaton)
suolaa
2 pientä valkosipulinkynttä
2 rkl oliiviöljyä
80 g retikkaa
0,5 kevätsipuli
50 ml Kikkoman Ponzu -
Sekoitus Soijakastiketta,
etikkaa ja sitruunaa
chilihiutaleita

VALMISTUS

Vaihe 1

Taputtele lohifileet kuiviksi talouspaperilla ja suolaa kevyesti. Kuori valkosipulinkyntsi ja leikkaa ohuiksi viipaleiksi. Kuumenna pannulla 1 tl öljyä ja paista valkosipuliviipaleet rapeiksi. Kuori ja huuhtelee retikka, raasta hienoksi ja sekoita Ponzu-sitrussoijakastikkeen joukkoon. Puhdista ja huuhtelee kevätsipuli ja leikkaa ohuiksi siivuiksi.

Vaihe 2

Kuumenna loput öljystä pannulla ja paista lohia molemmin puolin n. 30 sekunnin ajan. Nosta lohi pois pannulta, anna hieman jäähtyä ja leikkaa ohuiksi viipaleiksi. Nostele lohiviipaleet lautasille ja koristelee rapealla valkosipulilla. Ripottele päälle chilihiutaleita ja kevätsipulia ja tarjoa Ponzu-retikkadipin kanssa.

Vaihe 3

Käytä tässä reseptissä vain tuoretta kalaa (sushilaatua), koska kala nautitaan raakana.