



przepisy.pl

Łosoś Teriyaki z sezamem i groszkiem cukrowym



 35 minut  4 osoby  Łatwe

Składniki:

- łosoś świeży - 600 gramów
- Przyprawa do ryb Knorr** - 1 łyżka
- kawałek korzenia imbiru - 1 sztuka
- sos sojowy - 100 mililitrów
- miód - 2 łyżki
- limonka - 1 sztuka
- świeża kolendra - 1 pęczek
- groszek cukrowy - 200 gramów
- szalotka - 2 sztuki
- papryczka chilli - 0.25 sztuk
- sezam - 1 łyżka
- olej sezamowy - 4 łyżki

[Zamów świeże składniki z dostawą do domu do wybranych przepisów. Sprawdź.](#)

Sposób przygotowania:

1. Łososia podziel na cztery jednakowe medaliony. Następnie skrop olejem i posyp przyprawą do ryb Knorr – odstaw na 15 minut.
2. Imbir obierz i zetrzyj na drobnej tarce. W misce połącz sos sojowy, podgrzany miód, imbir, oraz sok z limonki. Wszystko wymieszaj a następnie do miski włóż kawałki ryby – wymieszaj dokładnie.
3. Zamarynowane medaliony wyłóż na blachę z pergaminem, posyp sezamem i wstaw do nagrzanego do 190 st. C piekarnika, piecz 8 minut. Pozostałą marynatę zlej do rondelka i zagotuj, zmniejsz ogień i odparuj. Na koniec dodaj pokrojoną kolendrę.
4. W tym czasie rozgrzej patelnię, wlej pozostały olej sezamowy i przesmaż pokrojoną w piórka szalotkę. Dodaj po chwili cukrowy groszek i smaż razem 2-3 minut. Dopraw do smaku odrobina sosu sojowego i posiekanej papryczki chilli.
5. Fasolkę wyłóż na talerze, na środku połóż porcje ryby. Całość polej przygotowanym sosem, udekoruj danie listkami kolendry i podawaj.

Przepis ten pochodzi z serwisu kulinarnego www.przepisy.pl. Znajdź nas na Facebooku www.facebook.com/przepisypl