

Brioszka z marynowanym pstrągiem, salsą jabłkową i cytrusowym majo

Czas ogółem **747 min** 27 min Czas przygotowania **720 min** Czas marynowania

Wartości odżywcze (na porcję)
2.575 kJ / 615 kcal

Tłuszcz: **38 g** Białko: **24 g**
Węglowodany: **41 g**

SKŁADNIKI

2 porcj(e/i)

120 g	filetu z pstrąga
15 g	cukru
0,5	cytryny (na skórkę)
0,5	pomarańczy (na skórkę)
5 g	koperku
100 ml	<u>Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman</u>
0,5	kwaśnego jabłka
0,5	szalotki
2	rzodkiewki
5 g	szczypiorku
10 ml	soku z limonki
1 szczypta	czarnego mielonego pieprzu
5 g	świeżej kolendry
80 g	majonezu
10 ml	soku z cytryny
10 ml	soku z pomarańczy
0,5	limonki (na skórkę)
2	maślane brioszki

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

120 g filetu z pstrąga - **15 g** cukru - **0,5** cytryny (na skórkę) - **0,5** pomarańczy (na skórkę) - **5 g** koperku - **70 ml** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman

Oczyść pstrąga z ości. Koperek posiekaj. Wymieszaj Sos Sojowy Kikkoman z cukrem, skórką z cytrusów i posiekanym koperkiem.

Krok 2

Natrzyj pstrąga marynatą z kroku 1. Zawiń w folię spożywczą lub przełóż do zamykanej torebki i wstaw do lodówki na 10-12 godzin. Po zamarynowaniu opłucz filet pod zimną, bieżącą wodą, osusz ręcznikiem papierowym i pokrój w drobną kostkę.

Krok 3

0,5 kwaśnego jabłka - **0,5** szalotki - **2** rzodkiewki - **5 g** szczypiorku - **10 ml** soku z limonki - **1 szczypta** czarnego mielonego pieprzu - **5 g** świeżej kolendry

Pokrój jabłko w drobną kostkę (około 3-4 mm). Szalotkę, rzodkiewki, szczypiorek i kolendrę drobno posiekaj, a następnie dodaj do jabłka. Wymieszaj z sokiem z limonki. Dopraw pieprzem.

Krok 4

80 g majonezu - **10 ml** soku z cytryny - **10 ml** soku z pomarańczy - **0,5** limonki (na skórkę) - **30 ml** Naturalnie warzony sos sojowy Kikkoman
Majonez połącz z sokiem z cytryny, sokiem z pomarańczy, skórką z limonki oraz Sosem sojowym Kikkoman. Mieszaj do uzyskania gładkiej

konsystencji.

Krok 5

2 maślane brioszki

Brioszki przekrój na pół. Na dolnej połówce rozsmaruj porcję cytrusowego majonezu z kroku 4, następnie dodaj salsę jabłkową z kroku 3. Na wierzchu ułóż pokrojonego w kostkę marynowanego pstrąga z kroku 2. W ten sam sposób przygotuj drugą bułeczkę.