

Łososiowe szaszłyki z dipami

Czas ogółem **140 min** 20 min Czas przygotowania **120 min** Czas marynowania

Wartości odżywcze (na porcję)
857 kJ / 204 kcal

Tłuszcz: **13,4 g** Białko: **16,7 g**
Węglowodany: **3,6 g**

SKŁADNIKI

8 porcj(e/i)

600 g łososia bez skórki i ości,
pokrojonego na 24 kostki
50 ml Teriyaki Marynata
bezglutenowa Kikkoman
limonka do dekoracji,
pokrojona w ósemki
cebula dymka, pokrojona
w plastry, do posypania
(opcja)

Składniki na dip teriyaki:

100 ml Teriyaki Marynata
bezglutenowa Kikkoman
2 łyżeczki drobno startego imbiru
0,5 łyżeczka pasty wasabi
sok z połówki limonki

Składniki na dip majonezowy z chili:

4 łyżki stołowe majonezu o
niskiej zawartości
tłuszczu
1 łyżka stołowa sosu chili

PRZYGOTOWANIE

Krok 1

Łososia włożyć do miski i połączyć bezglutenową marynatą teriyaki. Pod przykryciem wstawić do lodówki na minimum 2 godziny do zamarynowania. W międzyczasie zmiękczyć w wodzie 8 drewnianych patyczków do szaszłyków.

Krok 2

Przygotowanie sosów: łyżką stołową bezglutenowej marynaty teriyaki wymieszać na pastę ze startym imbirem i wasabi, a następnie mieszając stopniowo dodawać pozostałą część marynaty teriyaki oraz sok z limetki. W celu przygotowania majonezowego dipu z chili nałożyć majonez łyżką do miski, a następnie wymieszać z sosem chili.

Krok 3

Przed ułożeniem na grillu nadziać na patyki po 3 kawałki łososia. Rozgrzać grilla lub patelnię grillową, a następnie grillować łososia po 3 minuty z każdej strony lub według własnych preferencji. Dipy serwować razem z ósemkami limonki (do późniejszego skropienia szaszłyków). Ewentualnie posypać cebulą dymką.