

Laks med pesto

Samlet tid **25 min.** 25 min. Arbejdstid

Næringsindhold:
1917 kJ / 458 kcal

Fedt: **33 g** Protein: **38 g**
Kulhydrater: **1 g**

INGREDIENSE

R

2 Portioner

400 g	laksefilet
1 spsk.	hakket persille
1 spsk.	hakket basilikum
Pesto	
3 spsk.	olivenolie (30 g)
1 spsk.	Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
1 bundt	basilikum (15 g blade)
1 bundt	persille (10 g blade)
1 tsb.	citronsaft
2 spsk.	hakket purløg

FREM GANGSMÅDE

Step 1

Gnid den rengjorte fisk med de hakkede krydderurter.

Step 2

Grill den på begge sider på en varm pande.

Step 3

I løbet af denne tid blandes olivenolien med sojasaucen, citronsaften og krydderurterne.

Step 4

Servér fisken med pesto og brød.