KIKKOMAN

Sandwiches med grillet laks og courgetter

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

Næringsindhold:
1.963 kJ / 469 kcal

Fedt: **22 g** Protein: **27 g**
Kulhydrater: **39 g**

INGREDIENSER

3 Portioner

300 g	laksefilet
150 g	courgetter
6 skiver	surdejsbrød
6 spsk.	flødeost
Marinade	
3 spsk.	Kikkoman Ponzu - en blanding af sojasauce, eddike og citronaroma
1 spsk.	hakket dild
1 spsk.	hakket persille

FREMGANGSMÅDE

Step 1

Gnid laksen med Ponzu-sauce, krydderurter og peber. Grill den på begge sider.

Step 2

Skær courgetterne i lange skiver, hæld Ponzu-saucen over og drys dem med hakkede urter. Grill dem kort på begge sider.

Step 3

Smør brødskiverne med flødeost. Læg den hakkede fisk og courgetterne i skiver på dem.