

Teriyaki-sesamlaks med sprøde kartofler

Samlet tid **40 min.** 10 min. Arbejdstid 30 min. Tilberedningstid

Næringsindhold:
5.543 kJ / 1.327 kcal

Fedt: **96,7 g** Protein: **57,4 g**
Kulhydrater: **54,7 g**

INGREDIENSER

2 Portioner

Kartofler:

6 små kartofler
0,5 tsk. salt

Laks:

400 g laksefileter
0,5 tsk. salt
1 nip friskkværnet sort peber
100 g ristede hvide sesamfrø
1 spsk. olivenolie
100 ml Kikkoman teriyaki BBQ-sauce med honning & røget smag

Sprøde kartofler:

1 tsk. olivenolie
1 fed hvidløg, i skiver
4 tsk. Kikkoman Ristet Sesamolie
4 tsk. Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce

Til afslutning:

1 spsk. Kikkoman Ristet Sesamolie

Salat:

100 g blandede salatblade
1 spsk. Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce
1 spsk. olivenolie

FREM GANGSMÅDE

Step 1

6 små kartofler - **0,5 tsk.** salt

Vask kartoflerne, og kom dem i en gryde med saltet vand. Bring vandet i kog, og kog kartoflerne, til de er møre. Hæld vandet fra, og knus hver kartoffel let.

Step 2

400 g laksefileter - **0,5 tsk.** salt - **1 nip**

friskkværnet sort peber - **100 g** ristede hvide sesamfrø

Krydr laksefileterne med salt og peber, og tryk dem ned i de ristede hvide sesamfrø, til de er dækkede.

Step 3

1 spsk. olivenolie - **100 ml** Kikkoman teriyaki BBQ-sauce med honning & røget smag

Varm olivenolien op på en stegepande over middel varme, og steg laksen fra trin 2, til den er gennemstegt. Tag panden af varmen, og pensl laksen med Kikkoman teriyaki BBQ-sauce med honning.

Step 4

1 tsk. olivenolie - **1** fed hvidløg, i skiver - **4 tsk.**

Kikkoman Ristet Sesamolie **4 tsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce

Varm olivenolien op på en anden stegepande over middel varme, og steg hvidløg i skiver og de knuste kartofler fra trin 1, til de er sprøde og gyldne. Dryp med Kikkoman sesamolie, og afslut med Kikkoman sojasauce.

Step 5

1 spsk. Kikkoman Ristet Sesamolie

Anret de sprøde kartofler sammen med den glaserede laks, og dryp Kikkoman sesamolje over laksen inden servering.

Step 6

100 g blandede salatblade - **1 spsk.** Kikkoman Naturligt Brygget Sojasauce - **1 spsk.** olivenolie

Vask salatbladene, og dryp med Kikkoman sojasauce og olivenolie. Server med de sprøde kartofler og laksen.