Laksebowl med ris (TikTok Salmon Rice Bowl)



Ingredienser

♥ 200 g laksefilet (se tips)
♥ 2 ss sesamolje
♥ kvernet salt og pepper
♥ 300 g kokt jasminris (se tips)
♥ 2 ss soyasaus (smak til)
♥ 2 ss majones (smak til, se tips)
♥ 2 ss sriracha (smak til, se tips)

Topping:
♥ 1 avokado
♥ 1 vårløk
♥ 1 ss sesamfrø
♥ 0,5 lime
♥ 2 noriark
♥ ekstra soyasaus, majones og sriracha

Fremgangsmåte

Legg laksefileten i en ildfast form. Drypp over litt sesamolje og kvern over salt og pepper. Sett laksen i stekeovnen og ovnsbak den ved 200°C i ca. 20 minutter.

Mos opp laksen med en gaffel.

Tilbered risen, eller finn frem rester av kokt ris (se tips). Ha risen i en skål og bland med laksen.

Tilsett soyasaus, majones (eller chilimajones) og chilisaus etter smak, og eventuelt også litt ekstra kvernet salt og pepper.

Fordel blandingen i to skåler.

Topp hver skål med en halv avokado i skiver, og dryss over hakket vårløk og sesamfrø. Pynt eventuelt med litt ekstra chilimajones og lime.

Serveres gjerne med noriark som du klipper i mindre biter og spisepinner.

Tips

♥ Jeg har her brukt et stykke laksefilet (midloin) som jeg har bakt i ovnen for å lage denne retten, men har du rester av ferdigkokt laks igjen fra middagen, kan du gjerne bruke disse. I stedet for kokt eller ovnsbakt laks, kan du bruke varmrøkt laks.

♥ Du kan også bruke rester av kokt ris, men det bør være jasminris eller sushiris (som godt kan være smaksatt med sukker og riseddik, se innlegg om **Sushiris**). Rester av kokt ris bør dekkes til med plast og oppbevares i kjøleskapet til dagen etter. Risen vil bli tørrere dagen etter. Et godt tips for å få rester av kokt ris til å bli bra igjen er å ha risen i en skål, legge en isbit oppå risen og dekke over med bakepapir og sett i mikrobølgeovnen i 1 - 2 minutter. Det gjør underverker med risen! □□

♥ Bruk gjerne japansk kewpie majones, som du får kjøpt i asiatiske matbutikker, men vanlig norsk majones går helt fint.

♥ Bruk gjerne sriracha, som er en thailandsk chilisaus som du nå finner i de fleste norske matbutikkene. Ikke bruk for mye i starten, for du kan alltids ha på mer etterpå.

♥ I stedet for majones og sriracha for seg, kan du bruke ferdigkjøpt chilimajones.

♥ Mengdene i denne oppskriften er bare veiledende. Bruk de restene du har, og tilsett mengdene soyasaus, majones og chilisaus etter egen smak.

© 2004 - 2026: Det søte liv. Med alle rettigheter.

Source URL: https://dev.detsoteliv.no/oppskrift/laksebowl-med-ris-tiktok-salmon-rice-

bowl