

## Co na obiad: Łosoś teriyaki wg Piotra Ogińskiego



### DORADCA SMAKU



CZAS  
PRZYGOTOWANIA  
30 MIN



ILOŚĆ  
PORCJI  
1 - 2

### SKŁADNIKI

#### Łosoś teriyaki:

łosoś	300 g
sos sojowy	50 ml
miód	2 łyżeczki
ocet ryżowy	20 ml
mirin	20 ml
chili Prymat	1/2 łyżeczki
Imbir mielony Prymat	1 łyżeczka
Czosnek suszony Prymat	1 łyżeczka
olej do smażenia	

#### Sałatka z pomarańczy:

pomarańcze	2
imbir świeży	2 łyżeczki
chili	1 sztuka
spaghetti	z 1/2 cukini
Sól morska jodowana Prymat w młynku	do smaku
świeża kolendra	garść
olej	1 łyżeczka
czarny sezam	1 łyżeczka

## SPOSÓB PRZYGOTOWANIA

Przygotowanie:

Do rondelka wlewamy sos sojowy, mirin oraz ocet ryżowy, dodajemy miód, całość doprowadzamy do wrzenia, dodajemy chili, imbir oraz czosnek i lekko podgrzewamy, tak by miód się roztopił.

Gotową marynatę przelewamy do miseczki, studzimy i marynujemy w niej łososia przez ok 20 minut.

W międzyczasie w miseczce łączymy pomarańczę z imbirem, cukinią, chili oraz kolendrą, dodajemy olej, całość doprowadzamy do wrzenia oraz czarnym sezamem i dokładnie mieszamy.

Łososia smażymy z obu stron na rozgrzanej patelni zaczynając od strony skóry, przez ok 2-3 minuty z każdej strony.

Po tym czasie łososia zalewamy resztą marynaty, całość redukujemy ok 2 minuty.

Gotowego łososia podajemy wraz z ryżem, japońskim majonezem, sałatką oraz sosem teriyaki. Smacznego!

**Masz apetyt na inne dania kuchni azjatyckiej? Mam dla Ciebie przepis na delikatnego [kurczaka teriyaki](#). Palce lizać!**