RECEPTKAART – POKE BOWL

IN DE BOX

- 300 g sushi rijst
- 3 x 10 ml rijstazijn
- 40 g zwarte sesamzaadjes
- 4 x 7 ml sojasaus
- 100 g sushi rijstkruidenmix
- 30 g kokosbloesemsuiker

WAT JE NOG MEER NODIG HEBT

- 400 g blokjes zalm of tofu
- 6 EL sesamolie
- 1 mango
- 2 bosuien
- 8 radijsjes
- 2 avocado's
- 1 wortel
- Halve komkommer
- 200 g rode kool
- ½ TL zout
- ¾ EL suiker

BEREIDING (4 personen - 30 min.)

MARINADE

Afhankelijk van het gewenste ingrediënt, marineer in blokjes gesneden zalm of tofu in een marinade van 28 ml sojasaus, 6 el sesamolie en de kokosbloesemsuiker en laat dit enige tijd trekken.

Bak de tofu in een pan op matig vuur / laat de zalm verder in de marinade trekken.

RIJST

Kook de rijst met de helft van de sushi rijstkruidenmix volgens de aanwijzingen op de verpakking.

POKE BOWL

1. Snijd ondertussen de avocado's, komkommer en mango in blokjes, snijd de radijsjes in plakjes en ring de bosuitjes fijn. Snijd de rode kool in fijne reepjes en snijd de wortel met een dunschiller in dunne reepjes. Rooster de cashewnoten zonder olie en zet opzij.
2. Laat de rijst afkoelen en doe hem in een kom. Meng 30 ml rijstazijn met ½ theelepel zout en 1 theelepel suiker, giet dit over de warme sushi rijst en meng voorzichtig.
3. Verdeel de sushi rijst over vier bowls en schik de avocado, radijs, wortel, komkommer en mango en het hoofdingrediënt naar keuze in een cirkel. Top met sesamzaadjes, bosuitjes en de rest van de sushi kruidenmix. Eet smakelijk!

TIP: Hou je van romig en pittig?
Voeg als speciale topping een beetje Sriracha mayonaise naar smaak toe.