KIKKOMAN

Briošs ar marinētu foreli un ābolu salsu

Kopējais laiks **747 min.** **27 min.** sagatavošanas laiks **720 min.** marinēšanas laiks

Uzturvērtība (uz porciju):
2.575 kJ / 615 kcal

Tauki: **38 g** Olbaltumvielas: **24 g**
Ogļhidrāti: **41 g**

SASTĀVDAĻA

2 Porcijas

120 g	foreles filejas
15 g	cukura
0,5	citrona (miziņai)
0,5	apelsīna (miziņai)
5 g	diļļu
100 ml	Kikkoman Sojas mērce
0,5	skāba ābola
0,5	šalotes sīpola
2	redīsi
5 g	maurloku
10 ml	laima sulas
1 šķipsniņa	maltu melno piparu
5 g	svaiga koriandra
80 g	majonēzes
10 ml	citrona sulas
10 ml	apelsīnu sulas
0,5	laima (miziņai)
2	sviesta brioša maizītes

PAGATAVOŠANA

Solis 1

120 g foreles filejas - **15 g** cukura - **0,5** citrona (miziņai) - **0,5** apelsīna (miziņai) - **5 g** diļļu - **70 ml** Kikkoman Sojas mērce
Iztīri foreles fileju no asakām. Sasmalcini dilles. Sajauc Kikkoman Sojas mērci ar cukuru, citrusaugļu miziņām un sasmalcinātajām dillēm.

Solis 2

Iezied foreli ar 1. solī pagatavoto marinādi. Ietin pārtikas plēvē vai ieliec aiztaisāmā maisiņā un liec ledusskapī uz 10–12 stundām. Pēc marinēšanas noskalo fileju aukstā tekošā ūdenī, nosusini un sagriez nelielos kubiņos.

Solis 3

0,5 skāba ābola - **0,5** šalotes sīpola - **2** redīsi - **5 g** maurloku - **10 ml** laima sulas - **1 šķipsniņa** maltu melno piparu - **5 g** svaiga koriandra
Sagriez ābolu nelielos kubiņos (aptuveni 3–4 mm). Smalki sagriez šalotes sīpolu, redīsus, maurlokus un koriandru un pievieno ābolam. Iemaisi laima sulu. Pieber melnos piparus.

Solis 4

80 g majonēzes - **10 ml** citrona sulas - **10 ml** apelsīnu sulas - **0,5** laima (miziņai) - **30 ml** Kikkoman Sojas mērce
Sajauc majonēzi, citrona sulu, apelsīnu sulu, laima miziņu un Kikkoman Sojas mērci un rūpīgi samaisi viendabīgā masā.

Solis 5

2 sviesta brioša maizītes

Pārgriez brioša maizītes uz pusēm. Uz apakšējās daļas uzsmērē daļu no 4. solī pagatavotās citrusu majonēzes, pēc tam uzliec 3. solī sagatavoto ābolu salsu. Pa virsu kārto marinēto foreli no 2. soļa. To pašu atkārto ar otru brioša maizīti.