Поке боул с лососем

Что нужно:

- рис (для суши) - 150 г
- лосось (готовый) - 1 упаковка (примерно 150 г);
- натёртая морковь - 100 г;
- огурец - 1 шт;
- редис - штучек 11-12;
- кунжутное масло - 1,5 ст. л.;
- семена льна - 1 ч. л.;
- соус терияки - 1,5 ст. л.;
- соль - по вкусу.

Время приготовления: 0 мин.

Описание

Приготовление

1. Подготавливаем наши ингредиенты.
2. Готовим рис, как указано на инструкции.
3. Перекладываем его в красивую глубокую тарелку (берите покрупнее, ингредиентов не мало). Поливаем кунжутным маслом, солим и перемешиваем.
4. Приминаем ложкой, чтобы слой стал ровнее.
5. Нарезаем огурец тонкими кружочками и укладываем, чтобы покрыть лишь 1/4 риса.
6. Далее, по такому же принципу, раскладываем редис (нарезанный тонкими кружочками) и морковь.
7. Лосось нарезаем кубиками.
8. И раскладываем его в оставшееся местечко.
9. Поливаем соусом териаки.
10. Сделайте это красиво - либо змейкой, либо по кругу.
11. Посыпаем семенами льна.