1A+1B

# Poké Bowl mit frischem Lachs, Gurke und Radieschen

Zubereitungszeit
15 minuten

Portionen
Voor 1 persoon

## Zubereitungsart

1. Den Reis ca. 15 Minuten in reichlich Wasser kochen. In der Zwischenzeit ein Dressing aus Sesamöl, Sojasoße und Limettensaft herstellen. Den Reis abgießen und etwas abkühlen lassen. Lachs, Gurke, Radieschen und rote Zwiebel zusammen mit dem Reis in eine Schüssel geben und mit dem Dressing besprenkeln.

## Zutaten

- [ ] 1 Beutel PS. food & lifestyle sojarijst
- [ ] 40-50 g frischer Lachs in Würfeln
- [ ] 150 g Gurke in Scheiben
- [ ] 10 Radieschen in Scheiben
- [ ] ½ kleine rote Zwiebel in Ringen
- [ ] 1 EL Kikkoman Sojasoße
- [ ] 1 EL Sesamöl
- [ ] 1 TL Limettensaft

## Nährwerte pro Person

| | |
|---|---|
| Energie | **367 kcal** |
| Kohlenhydrate | **14 g** |
| Fett | **15 g** |
| Eiweiß | **41 g** |