KIKKOMAN

Poke Bowl mit Tempura-Lachs und Couscous

Gesamtzeit **25 Min.**

ZUTATEN

10 Portion(en)

Fisch:	
100 g	Tempuramehl
200 ml	Wasser
800 g	Lachsfilet
80 ml	Kikkoman Sauce für Poke-Fischsalat auf Basis von Sojasauce und Sesamöl
3 l	Speiseöl
Salat:	
500 g	Kirschtomaten
400 g	Paprika
400 g	Salatgurke
600 g	Kochbananen
300 g	Mangos
500 g	Couscous
Dekoration:	
300 g	Mayonnaise
50 ml	Limettensaft
4 EL	Schnittlauch
4 TL	Koriander
4 TL	schwarzer Sesam
400 ml	Kikkoman Sauce für Poke-Fischsalat auf Basis von Sojasauce und Sesamöl

ZUBEREITUNG

Schritt 1

Fisch: Den Lachs in mittelgroße Würfel schneiden und 5 Minuten in Kikkoman Sauce für Poke Bowls marinieren. Das Tempuramehl mit dem Wasser vermischen. Nun den Lachs aus der Marinade nehmen, abtropfen lassen und in den Tempurateig tauchen. Danach in heißem Öl frittieren, bis er goldbraun wird.

Salat: Den Couscous mit kochendem Wasser übergießen, abdecken und 5 Minuten beiseite stellen, bis er fertig ist. Die Kirschtomaten halbieren, die Paprika in Streifen, die Gurke in Halbmonde und die Mango in kleine Würfel schneiden. Nun die Kochbananen schälen, in vier Teile schneiden und im selben Öl wie den Lachs braten.

Dekoration: Die Mayonnaise mit Limettensaft und gehacktem Koriander verrühren. Den Schnittlauch fein hacken.

Servieren: Das Couscous auf den Boden der Schüssel geben, Gemüse, Kochbananen und Lachs-Tempura darauf anrichten. Nun mit Koriander-Mayonnaise dekorieren und mit Kikkoman Sauce für Poke Bowls beträufeln. Zum Schluss noch mit schwarzem Sesam und dem gehackten Schnittlauch bestreuen.