



Poké Bowl som är medelhavsinspirerat.

Trendig poké bowl som du kan fylla med dina favoriter. Serveras med soja och en fetaostkräm.

Gör så här:

- ☐ Börja med den syltade löken - detta är en snabbare variant: skär upp en stor lök eller två små rödlök. Tillsätt därefter 0,5 dl granatäppel balsamvinäger, 2 tsk socker och fyll därefter på med vatten så att du nästan täcker löken. Låt det koka upp ordentligt och ställ därefter av det från plattan. Låt svalna tills du gjort klart resten av din rätt.
- ☐ Koka upp vattnet tillsammans med salt för att tillaga risoni.
- ☐ Öppna upp din serrano och låt den lufta och komma upp i rumstemperatur för att smakerna ska frigöras och lyfta.
- ☐ För att göra din fetaostkräm behöver du enbart mixa din mykonos fårostallad med lite creme fraiche. För lite mer sting kan du tillsätta en chili också. Våga mixa ner oliverna också det ger en riktigt trevlig syra.
- ☐ Nu kan du börja fräsa på laxen på ganska hög värme där du egentligen bara vill få färg på den. Därefter är det bara att lyfta av den från plattan. Detta steg kan du göra något senare också om du vill att laxen ska vara varm.
- ☐ Håll koll på din risoni om det är dags att hälla av den!
- ☐ Dags för att hacka resten utav grönsakerna: Gurka, avokade, vårlök, mangold, sparris.
- ☐ Sen är det bara att börja lägga upp din rätt! Dekorera valfritt och njut.

Ingridienser

300 g Risoni
1 förp Mykonos fårostallad
1 burk Pepperballs
1 st Avokado
1 st Rödlök
250 g Lax
0,5 dl Granatäppel balsamvinäger
1 knippe Grön Sparris
Mangold
Gurka
Vårlök
2 dl Creme fraiché
1 förp Serrano



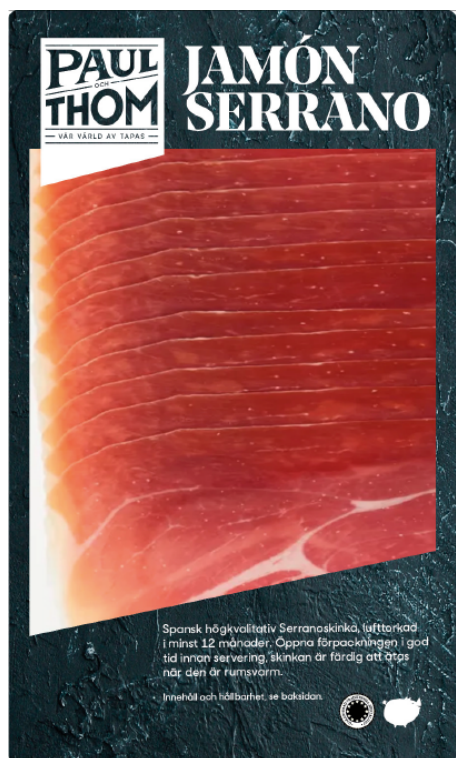
Granatäpple Crema di Balsamico



Pepperballs



Mykonos fårostsallad



Jamón Serrano