



BUDDHA BOWL Å LA NESØYA MED LAKS

6C, NESØYA SKOLE

INGREDIENSER:

Beregnet til 4 porsjoner

100	gram	risnudler
200	gram	laks (sashimi eller sushilaks)
4	ss	soyasaus
1	ss	økologiske sesamfrø
0.5	stk	økologisk sitron (saften av)
2	stk	økologiske gulrøtter
8	stk	Juanitatomater
0.125	stk	økologisk rødkål
1	stk	økologisk eple
0.25	stk	agurk
1	stk	økologisk avokado
1	stk	stang økologisk stangselleri
1	stk	granateple
2	ss	finhakket, frisk koriander

SLIK GJØR DU:

- 1 Kok nudlene etter anvisningen på pakken.
- 2 Kutt laksen i passende store terninger og bland med soyasaus, sesamfrø og saften av sitron.
- 3 Riv gulrøttene på den grove siden av røvkjernet eller kutt i strimler. Del tomatene i to og kutt rødkålen i fine strimler. Skjær så eple og agurk i små terninger og finhakk koriander. Så skjærer du avokado og stangselleri i skiver. Deretter tar du ut frøene av granateplet. Finkhakk frisk koriander.
- 4 Anrett risnudler og de andre ingrediensene i fire skåler.
- 5 Dryss over finhakket koriander.