

Helppo teriyakilohi

Varaa 150 g lohifilettä/ruokailija. Nypi fileestä ruodot, ja leikkaa se annospaloiksi. Tee teriyakimarinadi:

1 dl teriyakikastiketta
3 rkl fariinisokeria
3 rkl sweet chili-kastiketta
2 rkl soijakastiketta
1 valkosipulinkynsi
2 rkl sitruunamehua
1 rkl seesamiöljyä
(seesaminsiemeniä)

Silppua valkosipuli pieneksi, ja laita kaikki ainekset kattilaan. Keitä hetki, että sokeri sulaa. Kaada hieman jäähtynyt marinadi lohien päälle, ja marinoidi puolisen tuntia. Öljyä lohienpalat kevyesti ruokaöljyllä ja grillaa keskilämmöllä, varo ylikypsentämisestä.

Valele valmiin lohien päälle vielä marinadia, ja tarjoa raikkaan salaatin kanssa.