KIKKOMAN

Sommerrollen mit Lachs, Mango und Reis

Gesamtzeit **40 Min.** **10 Min.** Vorbereitungszeit **15 Min.** Kochzeit **15 Min.** Abkühlzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2.134 kJ / 510 kcal

Fett: **32 g** Eiweiß: **17 g**
Kohlenhydrate: **34 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

Für die Sommerrollen:

50 g	Basmatireis
150 g	Lachsfilet
2 EL	Kikkoman Sauce für Poke-Fischsalat auf Basis von Sojasauce und Sesamöl
1 EL	Sesam
6	Reispapierblätter
0,5	Salatgurke
1	Mango
1 EL	schwarzer Sesam

Für die Dips:

150 g	saure Sahne
2 EL	Kikkoman Sauce für Poke-Fischsalat auf Basis von Sojasauce und Sesamöl
1 TL	Zitronensaft
2 EL	Kikkoman Sesamsauce
1 EL	Wasser
0,5 TL	schwarzer Pfeffer, gemahlen

ZUBEREITUNG

Schritt 1

50 g Basmatireis - **150 g** Lachsfilet - **2 EL** Kikkoman Sauce für Poke-Fischsalat auf Basis von Sojasauce und Sesamöl - **1 EL** Sesam
Den Reis kochen, bis er gar ist, dann zum Abkühlen beiseitestellen. Lachsfilet in Würfel schneiden und mit Kikkoman Sauce für Poke Bowls und Sesam mischen. Bei 200 °C 10 Minuten im Airfryer oder 15 Minuten im Backofen garen.

Schritt 2

6 Reispapierblätter - **0,5** Salatgurke - **1** Mango
Gurke und Mango in Streifen schneiden. Die Reispapierblätter in warmem Wasser einweichen und vorsichtig abtupfen.

Schritt 3

1 EL schwarzer Sesam
Jeweils eine Portion Reis, Lachs, Gurke und Mango auf ein Reispapierblatt geben und mit schwarzem Sesam bestreuen. Fest einwickeln.

Schritt 4

150 g saure Sahne - **2 EL** Kikkoman Sauce für Poke-Fischsalat auf Basis von Sojasauce und Sesamöl - **1 TL** Zitronensaft
Für den ersten Dip die saure Sahne mit Kikkoman Sauce für Poke Bowls und Zitronensaft verrühren.

Schritt 5

2 EL Kikkoman Sesamsauce - **1 EL** Wasser - **0,5 TL** schwarzer Pfeffer, gemahlen
Für den zweiten Dip Kikkoman Sesamsauce mit Wasser und Pfeffer mischen. Die Sommerrollen mit den beiden Dips servieren.