

Тартар из семги

Общее время 45 мин 30 мин Время маринования 15 мин Время подготовки

Пищевая ценность (на порцию):

536 кДж / 128 ккал

Жиры: 4,5 г Белки: 6 г

Углеводы: 15,9 г

ИНГРЕДИЕНТЫ

4 порции

150 г	филе сёмги
2 ст. л.	<u>соевого соуса</u> <u>натурального брожения</u> <u>Kikkoman</u>
0,5	груши
2	луковицы лука-шалота
2	веточки кориандра или петрушки
50 г	творожного сыра
20	готовых блинов
30 г	кетовой икры
2	веточки кервеля

ПРИГОТОВЛЕНИЕ

Шаг 1

Филе сёмги нарезать тонкими ломтиками, полить натурально сваренным соевым соусом и поставить примерно на 30 минут в холодильник. Грушу, шалот и кориандр мелко порезать. Промаринованные ломтики сёмги мелко порезать и смешать с грушей, шалотом и кориандром. Творожный сыр намазать на блины и сверху выложить тартар из семги. Украсить сверху икрой и кервелем. Перед подачей на стол добавить сверху несколько капель натурально сваренного соевого соуса.