

# Тартар из сёмги

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

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