



Yiyiniz içiniz ancak israf etmeyiniz (Araf 31)

Banu Atabay'ın lezzetler.com Yemek Tarifleri Sitesi

SAKE SARADA (JAPONYA)

Malzemeler:

100 gram karışık Akdeniz yeşillikleri
20 gram küp doğranmış kabak
20 gram küp doğranmış fasulye
20 gram jülyen doğranmış salatalık
20 gram jülyen doğranmış kırmızı biber
5 gram ince doğranmış taze soğan
150 gram somon balığı filetosu
15 gram Zencefil
Zencefilli lime sos için:
25 gram taze zencefil
2 adet limon suyu
100 ml. ayçiçek yağı

Hazırlanışı:

Karışık Akdeniz yeşilliklerini soğuk suda yıkayın, süzdürün. Küp doğranmış kabakları kızgın tavada soteleyin, küp doğranmış fasulyeyi kaynayan tuzlu suda 2 dakika haşlayın. Yeşillikler, kabak, fasulye, salatalık ve kırmızı biberi bir kabin içinde zencefilli lime sos ile karıştırın ve servis tabağına koyun. Somonu yağ ile marine edin ve kızgın tavada pişirin. Pişen somonu elinizle ufak parçalara ayırın ve salatanın üzerine dağıtın. Yeşil soğanla garnitürlediğiniz salatayı servise sunun.