PS. food & lifestyle

FASE 2A

Sushi in a bowl



25 minuten | 1 persoon

VOEDINGSWAARDE

Energie	**337 Kcal**
Koolhydraten	**8.6 g**
Eiwitten	**44.3 g**
Vet	**13.2 g**
Vezels	**0 g**

Voedingswaarde per persoon

INGREDIËNTEN

- 1 zakje PowerSlim sojarijst
- 40-50 g verse zalm, in stukjes
- ½ nori vel, in stukjes
- 1 el Kikkoman sojasaus
- 200 g champignons, in kwarten
- ½ el olijfolie
- Zout
- Peper

BEREIDINGSWIJZE

Kook de rijst circa 15 minuten in een ruime hoeveelheid water. Giet af en laat even afkoelen. Verhit ondertussen de olie in een pan en roerbak de champignons circa 3 minuten met een beetje peper en zout en een halve eetlepel Kikkoman sojasaus. Meng de afgekoelde rijst samen met de zalm, nori en de rest van de sojasaus in een kommetje. Serveer de champignons apart.

TIP: VANAF FASE 2B LEKKER OM DE CHAMPIGNONS MET WAT SESAMZAADJES TE ROERBAKKEN.