KIKKOMAN

Trucha en tempura con piña y lichis

Tiempo total **25 Mins.** **20 Mins.** Tiempo de preparación **5 Mins.** Tiempo de cocción **15 Mins.** Tiempo de marinado

INGREDIENTES

10 porciones

Para el pescado:

1,5 kg	de filete de trucha arco iris sin piel, cortado en tiras en forma de dedo
150 g	Kikkoman Salsa a base de Salsa de Soja y Aceite De Sésamo, Para Ensalada De Pescado Estilo Poke
180 g	de tempura
5 g	de sal
200 ml	de agua fría
200 g	Kikkoman Panko – Japanese style crispy bread crumbs
	Aceite para freír

Para la guarnición:

200 g	de quinoa cocida
1 kg	de arroz basmati cocido
500 g	de piña en conserva, cortada en trozos grandes
500 g	de lichis en conserva, cortados en cuartos
200 g	de pepino sin pepitas y cortado en medias lunas
100 g	de brotes de soja mungo
250 ml	Kikkoman Salsa a base de Salsa de Soja y Aceite De Sésamo, Para Ensalada De Pescado Estilo Poke
10 g	de cilantro fresco picado
10	de gajos de limón

PREPARACIÓN

Pasos 1

Coloque las tiras de trucha en un bol y déjelas marinar en Salsa para Poke Bowl Kikkoman durante 5 minutos. Luego, ensártelas en las brochetas en forma de zigzag.

Pasos 2

Mezcle la tempura, la sal y el agua fría hasta obtener una masa homogénea. Sumerja las brochetas de pescado en esta mezcla de tempura, páselas por Panko Kikkoman y fríalas en aceite caliente a 175 °C durante 5 minutos hasta que se doren.

Pasos 3

Mezcle la quinoa con el arroz y repártalo en cuencos. Coloque encima la piña, los lichis, el pepino y los brotes. Añada las brochetas de pescado y aderece con la Salsa para Poke Bowl Kikkoman. Sirva adornado con el cilantro, los gajos de limón y las semillas de sésamo.

20 g de semillas de sésamo