

# Fáciles tacos de pescado con vegetales crujientes

Tiempo total **70 Mins.** 7 Mins. Tiempo de preparación 3 Mins. Tiempo de cocción 60 Mins. Tiempo de marinado

Información nutricional (por porción)  
**2547 kJ / 608 Kcal**

Grasas: **19,1 g** Proteínas: **31,6 g**  
Carbohidratos: **74,8 g**

## INGREDIENTES

2 porciones

**200 g** de filetes de tilapia sin espinas (puede usar cualquier otro tipo de pescado blanco)  
**1 cucharada** Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada  
**3 cucharaditas** de aceite de oliva  
**0,5 cucharadita** de miel  
**0,5 cucharadita** Kikkoman Salsa picante de Guindilla para Kimchi  
**1 pellizco** de ajo granulado  
**6** tortillas para tacos/mini tortillas  
**0,5** cebolla roja  
**140 g** de tomate cherry  
**1** aguacate  
**100 g** de rábanos  
**1** pepino pequeño  
**120 g** de yogur natural espeso o yogur griego  
**2 cucharaditas** de mostaza Dijon  
**as**  
**1** de mostaza inglesa  
**cucharadita**  
Unas hojas de menta

## PREPARACIÓN

### Pasos 1

En un cuenco mezcle la Salsa de [Kikkomann Salsa de Soja](#), una cucharadita de aceite de oliva, miel, la Salsa Picante de Guindilla para [Kikkoman Salsa Kimchi Chilli picante](#), adicione los trozos de pescado y espolvoree el ajo granulado, mezcle bien. Coloque en el frigorífico por al menos 60 minutos.

### Pasos 2

Corte finamente la cebolla. Pique el tomate cherry en trozos más pequeños. Pique en rodajas finas los rábanos, el pepino y en unas más gruesas el aguacate.

### Pasos 3

Mezcle el yogur natural con la mostaza.

### Pasos 4

Caliente el restante de aceite de oliva en una sartén y fría el pescado por ambos lados. Después de sofreír, deje enfriar ligeramente y desmenúcelo con un tenedor en trozos más pequeños.

### Pasos 5

Rellene cada taco con aguacate, rábano, pepino, pescado, tomate cherry y cebolla. Decore con salsa y hojas de menta.