

Poke bowl con espárragos y ceviche de salmón

Tiempo total **45 Mins.** 10 Mins. Tiempo de preparación **5 Mins.** Tiempo de cocción **30 Mins.** Tiempo de marinado

Información nutricional (por porción)
2.400 kJ / 585 Kcal

Grasas: **28 g** Proteínas: **32 g**
Carbohidratos: **47 g**

INGREDIENTES

2 porciones

300 g de salmón fresco de calidad sashimi
100 ml de zumo de lima
2 cucharadas [Kikkoman Salsa a base de Salsa de Soja y Aceite De Sésamo, Para Ensalada De Pescado Estilo Poke](#)
1 cucharadita [Kikkoman aceite de Sésamo Toastado](#)
300 g de espárragos verdes
1 cucharada de mantequilla
1 cucharadita de aceite de oliva
1 cucharadita de zumo de limón
1 cucharadita [Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada](#)
150 g de arroz para sushi o arroz jazmín cocido
2 cucharadas [Kikkoman aderezo para la Preparación del arroz para sushi \(125ml\)](#)
0,5 mango
0,5 aguacate
1 cucharada de semillas de sésamo negro
2 cucharadas de cilantro picado

PREPARACIÓN

Pasos 1

300 g de salmón fresco de calidad sashimi - **100 ml** de zumo de lima - **2 cucharadas** [Kikkoman Salsa a base de Salsa de Soja y Aceite De Sésamo, Para Ensalada De Pescado Estilo Poke](#) **1 cucharadita** [Kikkoman aceite de Sésamo Toastado](#)
Corte el salmón en dados pequeños. En un cuenco, mezcle el zumo de lima con Kikkoman salsa para poke y Kikkoman aceite de sésamo tostado. Vierta la marinada sobre el salmón y remueva con cuidado hasta que quede bien impregnado. Reserve en el frigorífico durante 30 minutos.

Pasos 2

300 g de espárragos verdes - **1 cucharada** de mantequilla - **1 cucharadita** de aceite de oliva - **1 cucharadita** de zumo de limón - **1 cucharadita** [Kikkoman Salsa de Soja naturalmente fermentada](#)
Lave los espárragos, retire los extremos leñosos y córtelos en trozos de 3–4 cm. Caliente la mantequilla y el aceite de oliva en una sartén, añada los espárragos y saltéelos durante 2–3 minutos, removiendo con frecuencia. Incorpore el zumo de limón y Kikkoman salsa de soja naturalmente fermentada, mezcle bien y cocine 1 minuto más. Reserve.

Pasos 3

150 g de arroz para sushi o arroz jazmín cocido - **2 cucharadas** [Kikkoman aderezo para la Preparación del arroz para sushi \(125ml\)](#) - **0,5** mango - **0,5** aguacate - **1 cucharada** de semillas de sésamo negro - **2 cucharadas** de cilantro picado
Mezcle el arroz con Kikkoman aderezo para la

preparación del arroz para sushi. Reparta el arroz en los cuencos, añada el ceviche de salmón del paso 1 y los espárragos del paso 2, y complete con el mango y el aguacate en dados. Rocíe con la marinada restante del salmón y espolvoree con las semillas de sésamo negro y el cilantro.