



OGÓRKOWE WRAPY Z ŁOSOSIEM, ZIOŁAMI I SOSEM MANGO

czas przygotowania
20 MIN.

liczba porcji
2

poziom trudności
ŚREDNI

SKŁADNIKI:

MOWI SIGNATURE łoś wędzony na gorąco - 1 opak.
ogórek - 2 sztuki (pokrojony w długie plastry obieraczką)
bazylia tajska - kilkanaście gałązek
kolendra - kilkanaście gałązek
szczypiór - 2 łyżki (posiekany)
chilli - 1 łyżeczka (posiekana)
limonka - (sok) 1 łyżeczka
sól, pieprz

Sos
mango - 1 sztuka (pokrojone w kostkę)
chilli - ¼ łyżeczki (posiekane)
imbir - ¼ łyżeczki (posiekany)
ocet ryżowy - 2 łyżki
cukier - 4 łyżki
olej - 1 łyżeczka



SPOSÓB PRZYGOTOWANIA:

1. Do małej miseczki wrzucamy drobno posiekany szczypiorek i chilli. Dolewamy łyżeczkę soku z limonki, doprawiamy solą i pieprzem do smaku, mieszamy.
2. Oczyszczamy łososia ze skóry. Najłatwiej będzie kiedy położymy go na desce skórą do dołu i poprowadzimy nóż poziomo, zaraz przy jej powierzchni.
3. Obranego MOWI kroimy wzdłuż na dwie połówki, a połówki dzielimy na mniejsze części. To musi być przemyślana decyzja, bo tej samej wielkości będą nasze mini wrapy z łososiem.
4. Tym razem nie obieramy ogórka, ale obieraczka i tak nam się przyda. Z jej pomocą kroimy ogórka na długie cienkie plastry.
5. Mango obieramy i kroimy w dużą kostkę. Nie musimy się jakoś specjalnie starać, bo to nie jest jego ostateczny wygląd.
6. Posiekany imbir smażymy na oleju, na małym ogniu. Mieszamy, dopóki nie zacznie pachnieć. Wtedy do towarzystwa dorzucamy mu mango, dolewamy ocet ryżowy i wsypujemy cukier. Gotujemy kilka minut, cały czas mieszając.
7. Zawartość patelni przekładamy do miski i blendujemy na gładki sos. Dorzucamy chilli i mieszamy.
8. Sztuka zawijania mini wrapów z łososia wymaga odrobiny precyzji, ale to nic, czego nie dałoby się zrobić. Układamy 3-4 plastry ogórka na zakładkę – tak, żeby dopasować szerokość wrapa do wielkości łososia.
9. Około 3 cm od krawędzi plastrów ogórka układamy kawałek łososia, którego skrapiamy przygotowaną wcześniej mieszanką z limonki, szczypiorku i chilli. Koło niego kładziemy zioła.
10. Nie zostało już nic innego, jak zwinąć nasze mini wrapy z łososiem i polać je sosem mango. Tymczasem my się zwijamy, a Wy rozkoszujcie się przygotowanymi roladkami. Smacznego!



NIE MUSISZ JECHAĆ
DO NORWEGII,
BY SPRÓBOWAĆ
TAK PYSZNEGO
ŁOSOSIA.