thermomix

ΣΟΛΟΜΟΣ ΜΕ ΣΑΛΤΣΑ ΣΟΓΙΑ ΜΕΛΙ ΚΑΙ ΡΥΖΙ

5 λεπτά 30 λεπτά εύκολη 4 μερίδες

ΥΛΙΚΑ

8 φιλέτα σολομού (125 γρ. το καθένα)
1 πρέζα αλάτι
1 πρέζα πιπέρι
1 πρέζα πάπρικα
20 γρ. ελαιόλαδο
60 γρ. σάλτσα σόγιας
2 κ.σ βούτυρο
2 σκελίδες σκόρδο
50 γρ. μέλι
1200 γρ. νερό και λίγο ακόμα για τη σάλτσα
20 γρ. χυμό λεμόνι
1 κ.σ πάστα σπιτικού ζωμού λαχανικών ή 1 κύβο ζωμού λαχανικών
300 γρ. ρύζι basmati
3 κλωνάρια φρέσκο κόλιανδρο (τα φύλλα μόνο), ψιλοκομμένο

ΕΚΤΕΛΕΣΗ

1. Μαρινάρετε τα φιλέτα σολομού με το αλάτι, το πιπέρι, την πάπρικα, το ελαιόλαδο και 20 γρ. σάλτσα σόγιας.
2. Βάλτε στον κάδο το βούτυρο, το σκόρδο και κόψτε **5 δευτερόλεπτα/ταχύτητα 5**.
3. Προσθέστε το μέλι, 2 κουταλιές νερό, τα υπόλοιπα 40 γρ. σάλτσα σόγιας, το χυμό λεμόνι και σοτάρετε **5 λεπτά/120°C/ταχύτητα 1.** Μεταφέρετε σε ένα μπολ και αφήστε στην άκρη.
4. Βάλτε στον κάδο τα υπόλοιπα 1200 γρ. νερό, το ζωμό λαχανικών, τοποθετήστε το καλαθάκι στην θέση του και ζυγίστε μέσα το ρύζι. Τοποθετήστε το Varoma στη θέση του, μεταφέρετε στους δύο δίσκους του Varoma το μαριναρισμένα φιλέτα σολομού, περιχύστε με τη σάλτσα μελιού-σόγιας, και μαγειρέψτε στον ατμό 2**0 λεπτά/Varoma/ταχύτητα 1**.
5. Γαρνίρετε με τον κόλιανδρο και σερβίρετε αμέσως.

ΧΡΗΣΙΜΑ ΑΝΤΙΚΕΙΜΕΝΑ

Μπολ
Πιατέλα σερβιρίσματος