

Лосось в зеленом чае с соусом йогурт- матча и жасминовым рисом

Вам понадобится

Филе лосося	2 шт по 180 г
Рис жасмин	150 г

Маринад

Зеленый чай	10 мл
Мед	10 мл
Соевый соус	10 мл
Тертый имбирь	5 г

Соус

Греческий йогурт	100 мл
Порошок матча	3 г
Сок лимона	25 мл
Соль, перец	по вкусу

Приготовление

- 1** **Маринад:** заварить и охладить зеленый чай. Смешать чай, мед, соевый соус и имбирь. Филе лосося посолить, погрузить в маринад.
- 2** **Вакуумирование:** лосося в маринаде поместить в вакуумный пакет и установить его в вакуумный упаковщик, действуя согласно руководству по эксплуатации. Выбрать режим ВЛАЖНЫЙ.
- 3** Мариновать лосося в холодильнике 1 час.
- 4** **Су-вид:** поместить пакет с рыбой в чашу мультиварки, залить 1,5 л холодной воды. Установить программу МУЛЬТИПОВАР/ВАКУУМ/СУ- ВИД, температуру 55 °C, время приготовления 1 час 30 минут.
- 5** **Соус:** смешать йогурт, матча и со лимона, посолить и дать настояться 5 минут.
- 6** **Гарнir:** отварить рис жасмин в подсоленной воде 15 минут.

**Лосось в зеленом чае с соусом
йогурт- матча и жасминовым
рисом**