

Ceviche tipo salmão com melancia e quinoa

Tempo total **80 Mins.** 40 Mins. Tempo de preparação 40 Mins. Tempo de confeção 660 Mins. Tempo de Espera

INGREDIENTES

10 Porções

Para o ceviche tipo salmão:

3 kg de melancia descascada e fatiada (1 cm de espessura)

30 ml de óleo de colza

60 ml Kikkoman Molho de Soja Fermentado Naturalmente

10 ml de vinagre de sidra

10 ml de pasta de miso

10 ml de óleo de sésamo

15 g de folhas de alga nori

2 g de pimenta (a gosto)

E ainda:

1,3 kg de quinoa branca

0,5 g de malagueta em flocos

30 ml de vinagre de sidra

500 g de pepinos cortados em tiras finas

500 g de couve roxa picada

100 g de maionese vegan

500 g de cenoura ralada

30 g de sementes de sésamo pretas

500 g de kimchi

40 g de ramos de coentros

180 g de lima às fatias

PREPARAÇÃO

Passo 1

Unte as fatias de melancia de ambos os lados com óleo e coloque-as num tabuleiro forrado com papel vegetal. Cozer em forno pré-aquecido a 180 °C durante 20 minutos.

Passo 2

Para a marinada, misture o molho de soja Kikkoman, 10 ml de vinagre de sidra, a pasta de miso, o óleo de sésamo, as folhas de nori e a pimenta. Mergulhe as fatias de melancia assadas na marinada e leve ao frigorífico durante 10-12 horas.

Passo 3

Cozinhe a quinoa de acordo com as instruções da embalagem durante cerca de 25 minutos e adicione os flocos de malagueta. Misture com 15 ml de vinagre de sidra.

Passo 4

Retire a melancia da marinada e escorra-a.

Passo 5

Misture o pepino com o resto do vinagre. Misture a couve roxa com a maionese vegan.

Passo 6

Misture a cenoura a com as sementes de sésamo pretas.

Passo 7

Numa tigela, coloque a quinoa, os pedaços de melancia marinada, um pouco de kimchi, a salada de pepino, a couve roxa e a cenoura.

Passo 8

Cubra com coentros e sirva com uma fatia de lima.