



Teriyaki Lachs auf Salat

Für den Lachs:

2 Lachsfilets (je ca. 150--200g, ohne Haut)

5 Esslöffel Lien Ying Teriyaki Sauce Zitronengras-Ingwer

Etwas Lien Ying Erdnuss Öl

Für den Salat:

1 Handvoll Rucola

1 Handvoll Blattspinat

1 Handvoll gekochte Edamame

0.5 Gurke, in dünnen Scheiben

0.5 Avocado, in Streifen

8 Kirschtomaten, halbiert

0.5 rote Zwiebel, in feine Streifen geschnitten

1 kleine Karotte, geraspelt

1 Esslöffel Lien Ying Bio Gerösteter Sesam

Für das Dressing:

2 Esslöffel Lien Ying Reis Essig

Gesamtzeit: 30 min

Schwierigkeitsgrad: einfach

Portionen: 2 Personen

1 Esslöffel Lien Ying Sesam Öl geröstet

1 Teelöffel Lien Ying Bio Shoyu Sojasauce

1 Teelöffel Liakada Griechischer Honig Wildblüte

1 Spritzer Limettensaft

Frischer Pfeffer

Optional:

Frischer Koriander

Frühlingszwiebeln

Teriyaki Lachs auf Salat

1.

Alle Zutaten für den Salat in einer großen Schüssel vermengen. Dressing separat anrühren und erst kurz vor dem Servieren mit dem Salat vermischen.

Lachsfilets leicht salzen und in einer heißen Pfanne mit etwas Öl ca. 2–3 min scharf anbraten, dann wenden und nochmal 1-2 min. auf der anderen Seite. Dann 4-5 EL Teriyaki-Sauce direkt in die Pfanne geben. Die Sauce kurz aufkochen lassen. Mit einem Löffel immer wieder etwas Sauce über den Lachs geben. Nach ca. 1–2 min. ist die Sauce schön karamellisiert und dickflüssig. Lachs rausnehmen und kurz ruhen lassen.

Salat auf zwei Tellern anrichten. Lachsfilets auf dem Salatbett platzieren. Optional frischen Koriander oder Frühlingszwiebeln darüber geben.