



DNF *kulinarisch*

Informationen der Deutsch-Norwegischen Freundschaftsgesellschaft e.V.



Foto: Norges sjømatråd

Gegrillter Lachs á la Teppanyaki

Originalrezept - [Grillet laks à la teppanyaki](#) – für 4 Personen

Zutaten:

800	g	Lachsfilet
2	EL	Olivenöl
1		großes Stück Wassermelone in Stückchen zerschnitten
2		Frühlingszwiebeln in dünne Streifen geschnitten
4	St	Spargel in dünne Streifen geschnitten
½		grüne Chili in dünne Streifen geschnitten

Avocadocreme:

2		Avocado
1		Limette – Saft davon
1	TL	feingehackter grüner Chili
1		Salz
½		kleingehackte Schalotte

Teppanyakisoße:

200	ml	Sake
2	TL	Zucker
2	TL	frisch geriebener Ingwer
100	ml	Mirin (Reiswein zum Kochen aus der japan. Küche – im asiatischen Supermarkt)
8	EL	Soyasoße
		Saft von 1 Limette

Impressum: Deutsch-Norwegische Freundschaftsgesellschaft e.V. Postfach 100816, 45008 Essen

Email: info(at)dnfev.de

Internet: www.dnfev.de / www.norwegenportal.de

Redaktion: Uta Kempf



DNF *kulinarisch*

Informationen der Deutsch-Norwegischen Freundschaftsgesellschaft e.V.

Zubereitung:

Mit der Soße beginnen, weil man dafür etwas mehr Zeit braucht.

Sake, Ingwer, Mirin und Zucker aufkochen bis die Masse leicht dicklich wird. Den Rest der Zutaten unterrühren.

Die Frühlingszwiebel- und Spargelstreifen in eiskaltes Wasser legen.

Den Lachs in flache Schnitzel schneiden. Lachs mit Öl einpinseln und auf den glühendheißen Grill oder Grillpfanne legen.

Die gegrillten Lachsschnitzel sollen von der einen Seite ein feines Muster bekommen. Vom Grill nehmen und auf den Teller legen.

Die Avocado aushöhlen und das Fruchtfleisch mit Limettensaft und Chili vermengen/quetschen. Mit Salz und feingehackten Schalotten würzen.

Wassermelone, Frühlingszwiebeln, Spargel und Chili auf die Lachsschnitzel legen. Einen Löffel Avocadomus dazu fügen und etwas Soße darüber verteilen.

Dazu kann Reis serviert werden oder gebratene Nudeln oder anderes Gemüse nebenbei.

Tipp: Man kann auch gerne eine fertige Teppanyakisoße nehmen, wenn man sich die lange Zubereitung sparen möchte.