



Gebackenes Lachsfilet mit Teriyaki-Sauce und Spargel-Erdbeer-Gemüse

Zeitaufwand: 90 Min. / Schwierigkeit: Mittel

Zutaten

1 Lachsfilets 220 g »

50 ml Soja-Sauce

1 Kaffirblatt

200 g grüner Spargel

50 g Erdnüsse

80 g Erdbeeren

1 rote Zwiebel(n)

2 EL Sesamöl

Salz

Pfeffer

Zubereitung

1. Lachsfilets nach Packungsangabe auftauen lassen.
2. Für den Lachs Zitronengras mit der Messerrückenseite mehrmals anschlagen und mit Kaffirblatt und den Saucen in einem Topf erhitzen. Sauce auf die Hälfte einkochen, zur Seite ziehen und auskühlen lassen. Zitronengras und Kaffirblatt entfernen.
3. Für das Gemüse Erdbeeren waschen, trocken tupfen und das Grün entfernen. Erdbeeren in dünne Scheiben schneiden. Spargel waschen, trocken tupfen und die holzigen Strünke entfernen. Spargel in mundgerechte Stücke schneiden. Zwiebel schälen und in feine Ringe schneiden.
4. Backofen vorheizen (Ober-/Unterhitze: 200 °C/Umluft: 175 °C). Lachsfilets nach Packungsangabe vorbereiten, mit Sauce einpinseln und auf einem mit Backpapier ausgelegten Backblech auf der mittleren Schiene 3–6 Minuten im Ofen garen.

5. In der Zwischenzeit Sesamöl in einer Pfanne erhitzen und den Spargel und die Zwiebelringe darin ca. 4 Minuten bei mittlerer Hitze anbraten. Erdbeeren und Erdnüsse zugeben und kurz mitbraten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Gemüse, Lachsfilet und Sauce anrichten.

Tipp: Wenn keine Erdbeersaison ist, kann man als fruchtige Komponente auch getrocknete Pflaumen nehmen.

Wichtiger Hinweis: Das Produkt vor dem Verzehr durcherhitzen!