



Wildlachsfilet mit Bohnen-Schinken-Salat

Zeitaufwand: 20 Min. / Schwierigkeit: Leicht

Zutaten

1 Wildlachsfilets »

150 g Schnippelbohnen

70 g bunte Kirschtomaten

30 g Parmaschinken

0,5 Schalotte(n), kleingewürfelt

1 EL weißer Balsamico

0,5 TL Senf

2 EL Olivenöl

1 Handvoll Salatblätter, z. B. Blutampfer

Meersalz

Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

1. Bohnen in feine Streifen schneiden und in reichlich Salzwasser 3-4 Minuten bissfest garen, in einem Sieb kurz mit kaltem Wasser abschrecken.
2. Tomaten halbieren, Parmaschinken in Streifen schneiden und in einer beschichteten Pfanne mit etwas Öl knusprig anschwitzen.
3. Aus Schalotten würfeln, Essig, Senf und Olivenöl ein Dressing rühren, mit Salz, Pfeffer abschmecken. Salatzutaten damit anmachen, auf dem Teller verteilen.
4. Wildlachs in etwas Öl rundherum goldbraun braten, mit Salz, Pfeffer würzen und auf dem Salat anrichten.
5. Zum Schluss mit Parmaschinkenstreifen bestreuen.

Wichtiger Hinweis: Das Produkt vor dem Verzehr durcherhitzen!