

LACHS IM NORIBLATT MIT ASIAGEMÜSE



ZUTATEN

50	g	Lachs frisch in guter Qualität
1	Prise	Meersalz und weißer Pfeffer
2	EL	Zitronensaft
2	St.	Noriblätter aus dem Asialaden
1	St.	Eiweiß
1	EL	Öl
80	g	Zuckerschoten blanchiert und in feine Streifen geschnitten
80	g	Paprika gelb in Streifen geschnitten
80	g	Edamame Kerne aus dem Asialaden gekocht und gepult
1	St.	Chilischote mild und in Ringe geschnitten
1	St.	Stange Frühlingslauch in Ringe geschnitten
1	Prise	Meersalz Pfeffer
4-5	EL	Terriyakisauce
1	Zweig	Zitronenthymian oder Thaibasilikum fein geschnitten/gehackt

ZUBEREITUNG

1. Den Lachs abwaschen, salzen, pfeffern und mit Zitrone sowie etwas Puderzucker würzen.
2. Die Noriblätter am Ende mit etwas Eiweiß einpinseln und den Lachs darin einrollen.
3. Das Noriblatt mit etwas Öl einpinseln.
4. Das geschnittene Gemüse mit dem Zitronensaft, dem Puderzucker und Sesamöl gut vermengen und mit etwas Meersalz abschmecken.
5. Das Gemüse in einer Sauteuse (oder im Airfryer Backeinsatz) abschwanken, bis der gewünschte Biss erreicht ist. Eventuell mit Salz abschmecken.
6. Den Lachs von beiden Seiten jeweils etwa 3-4 Min. bei mittlerer Hitze anbraten (so dass der Kern noch glasig und rosa ist).
7. Den Airfryer auf 160°C vorheizen und den Lachs auf dem Grilleinsatz ca. 6 Min. garen.
8. Zum Schluss alles mit ein wenig Terriyakisauce beträufeln.