GLASMEYERS

Teriyaki-Lachs-Bites

Teriyaki-Lachs-Bites mit Edamame-Reis

Arbeitszeit: ca. 25 Minuten Gesamtzeit: ca. 35 Minuten

Zutaten für 4 Portionen

500g Lachsfilet / 250g Jasminreis / 200g Edamame / 1 Gurke / 3 EL Sojasauce / 2 EL Honig / 1 EL Sesamöl / 1 Knoblauchzehe / 1 Stück Ingwer / 1 Limette / Sesam / Frühlingszwiebeln

Zubereitung

Den Reis nach Packungsanweisung garen. Lachsfilet in mundgerechte Würfel schneiden. Sojasauce, Honig, Sesamöl, fein gehackten Knoblauch und geriebenen Ingwer zu einer Marinade verrühren. Die Lachswürfel darin wenden und etwa 10 Minuten ziehen lassen. Anschließend in einer heißen Pfanne rundherum anbraten, bis sie leicht karamellisiert und innen noch saftig sind. Edamame kurz in heißem Wasser garen. Die Gurke in dünne Scheiben schneiden. Reis auf vier Schüsseln verteilen und mit Edamame, Gurke und Lachs anrichten. Mit Sesam, Frühlingszwiebeln und etwas Limettensaft verfeinern.

Tipp: Die Lachs-Bites lassen sich auch hervorragend im Airfryer zubereiten.



Guten Appetit
wünscht
Team Glasmeyer