

Lachs in Kokosmilch, Basmatireis, Sellerie-Ananas-Salat

Für zwei Personen

200 g Lachsfilet	100 g Basmatireis	1 Knolle Sellerie
1 frische Ananas	1 Limette	200 g Crème-fraîche
400 ml Kokosmilch	Pflanzenöl, Salz, Pfeffer	

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Das Lachsfilet waschen, trocken tupfen und von den Gräten befreien. Die Limette in Scheiben schneiden. Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen und darin das Filet auf der Hautseite anbraten und mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend mit den Limettenscheiben, bis auf eine, belegen, die Kokosmilch angießen und die Pfanne für zehn Minuten in den Backofen geben. Den Reis in einem Topf mit Salzwasser gar kochen. Den Sellerie von der Schale befreien und raspeln. Die Ananas schälen, entstrunken und in kleine Stücke schneiden. Beides mit der Crème-fraîche vermengen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Lachs aus dem Ofen nehmen und gemeinsam mit dem Basmatireis und dem Sellerie-Ananas-Salat auf Tellern anrichten und servieren.

Barbara Wolf am 30. April 2014