

# Sesam-Lachs mit Safran-Reis, Spargel und scharfer Soße

**Für zwei Personen**

**Für den Sesam-Lachs:**

2 Lachsfilets, ohne Haut	2 TL weißer Sesam	2 TL schwarzer Sesam
1 Zitrone	Kokosöl	Salz, Pfeffer

**Für den Spargel:**

1 Bund grüner Spargel	Kokosöl	Salz, Pfeffer
-----------------------	---------	---------------

**Für die Sauce:**

$\frac{1}{2}$ rote Paprika	$\frac{1}{2}$ Schalotte	$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe
$\frac{1}{2}$ rote Chilischote	$\frac{1}{2}$ EL Tomatenmark	$\frac{1}{2}$ Dose Kokosmilch
1 EL Kokosöl	$\frac{1}{2}$ TL Currypulver	Salz

**Für den Safran-Reis:**

150 g Basmati-Reis	1 Zitrone	1 TL Safranfäden
Salz		

**Für den Sesam-Lachs:**

Lachsfilets waschen, trocken tupfen, in 3 cm große Würfel schneiden, mit Salz, Pfeffer würzen. Zitrone waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Sesam vermengen, mit Zitronenabrieb würzen und Lachswürfel darin wenden. Von jeder Seite in Kokosöl leicht anbraten.

**Für den Safran-Reis:**

Reis in einem Sieb waschen und abtropfen lassen. Zitrone halbieren und eine Scheibe abschneiden. 250 ml heißes Wasser, Zitronenscheibe, Safranfäden und Salz zugeben und umrühren. Zum Kochen bringen und mit geschlossenem Deckel bei schwacher Hitze garen, bis das ganze Wasser aufgesogen ist.

**Für den Spargel:**

Spargel waschen, holzige Enden abschneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in Kokosöl bissfest braten.

**Für die Sauce:**

Schalotte und Knoblauch abziehen, Chilischote längs aufschneiden, entkernen, alles fein hacken. In einer Pfanne etwas Kokosöl erhitzen und die Schalotten, Knoblauch und Chili darin unter Rühren glasig anbraten. Currypulver und Tomatenmark hinzugeben und kurz mitdünsten. Mit der Kokosmilch auffüllen und auf kleiner Flamme 5 - 6 Minuten köcheln lassen. Paprika bei 200 Grad im Backofen backen, Haut abziehen, fein würfeln und zur Sauce geben. Mit Salz abschmecken. Sauce durch ein feines Sieb passieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Marina Grosch am 04. November 2019