

## Teriyaki-Lachs mit Gemüse

### Für 2 Personen:

1 EL Sesamkörner	250 g Lachsfilet	150 g rote Paprikaschoten
150 g Baby Pak Choi	75 g Frühlingszwiebeln	1 Beutel Würzpaste
Teriyaki Style	1 EL Rapsöl	

Sesamkörner in einer Pfanne ohne Fett goldbraun rösten.

Lachs-Filet auftauen lassen und in Würfel schneiden.

Paprikaschote waschen, Kerne und weiße Innenhäute entfernen und in Streifen schneiden.

Baby Pak Choi putzen, waschen, den Strunk entfernen und in Stücke schneiden.

Frühlingszwiebeln putzen, waschen und in Ringe schneiden.

In einer beschichteten Pfanne Öl heiß werden lassen.

Gemüse darin. ca. 3 Min braten. Lachswürfel zugeben, alles vermengen und bei mittlerer Wärmezufuhr ca. 3 Min. braten. Würzpaste zugeben und kurz mitbraten. Vorsichtig wenden, damit die Lachswürfel nicht zerfallen. Mit Sesamkörnern bestreuen. Dazu passt Jasminreis.

NN am 18. September 2021