

Teriyaki vom Lachs

Für 2 Personen:

2 Lachs á 150 g	2 Süßkartoffeln	200 ml Kokosmilch
1 Limette	0,5 rote Peperoni	1 rote Zwiebel
1 Ingwer (klein)	1 Spur Teriyaki-Sauce	1 Msp. Salz
1 Msp. Pfeffer		

Als erstes die Süßkartoffel schälen, vierteln und in Ecken runterschneiden. Rote Zwiebel und Peperoni ebenfalls schneiden. Alles in einen Topf geben und geriebenen Ingwer drüber reiben. Noch ordentlich salzen und Kokosmilch dazu geben.

Den Herd anstellen und köcheln lassen. Wenn es anfängt zu köcheln, die Hitze etwas runterstellen und ca 15-20 Minuten weiter köcheln lassen.

Nach 20 Minuten nur mit einem Löffel verrühren und noch etwas Limettenschale und Limettensaft dazugeben. Den Lachs salzen und pfeffern und in Mehl wenden. Den Lachs dann in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten ca.

2 Minuten braten.

Mit Teriyaki Sauce ablöschen. Den Fisch dann auf dem Püree anrichten und noch etwas von der Teriyaki Sauce drüber träufeln.

Steffen Henssler am 18. Oktober 2020