

Teriyaki-Lachs auf asiatischen Nudeln



Zutaten für 8 Portionen:

400 g Lachsfilet (netto)

2 EL Erdnussöl

Asiatische Nudeln (Fertigprodukte, Trockengewicht ca. 150-200 g)

Teriyaki-Sauce

1. Nudeln nach Packungsangabe zubereiten. Am Schluss in einer beschichteten Pfanne mit 1 EL Erdnussöl braten.

2. Lachs sorgfältig entgräten, Haut und braune Stellen wegschneiden, in Portionsstücke à 25 g teilen.

3. Lachsstückchen in einer beschichteten Pfanne in 1 EL Erdnussöl bei milder Hitze braten, bis sie sich durchgehend verfärbt haben.

4. Auf je einem Nudelbett anrichten und nach Geschmack mit Teriyaki-Sauce beträufeln.

Hinweise:

Der Lachs wird vor dem Braten nicht gewürzt - die Teriyaki-Sauce alleine gibt dann genügend Würze.

Asiatische Nudeln gibt es in verschiedenen Geschmacksrichtungen und Sortierungen in Asia-Geschäften oder auch in gut sortierten Supermärkten zu kaufen. Bei Einladungen empfiehlt es sich, zunächst einige Tage vorher eine Geschmacksprüfung zu machen.

Eine gute Alternative sind neutrale Reismudeln ohne alle Zusätze.

Als Häppchen, für das

Flying Buffet oder als Amuse-Gueule rechnet man 50 g Lachs pro Person, als Vorspeise oder Zwischengericht 75-100 g.

Schlagworte:

leicht, Zubereitung ca. 20 min, Partygerichte, Flying Buffet, Häppchen, Vorspeise, Fisch, Lachs, asiatisch

Rezept und Foto: Walter Stand 19.01.2023