

Fried Rice mit Teriyaki Salmon

Zutaten:

Öl
Salz & Pfeffer
Butter
Lachsfilet
Sushi-Reis und Wildreis
Pak Choi
Knoblauch, vorgeschälte Zehen
weiße Zwiebel, vorgeschnitten, in Glasschale
rote Chili, vorgeschnitten, in Glasschale
grüne Erbsen, in Glasschale
Ingwer, vorgehackt, in kleiner Glasschale
Reis, vorgekocht und kühl
Sojasauce
Glutamat
Koriander
Teriyaki-Sauce + Schale
Sesam

Zubereitung:

Ofen auf ca. 70 Grad vorheizen. In heißer Pfanne das Lachsfilets scharf anbraten. Lachs in kleiner Form mit Alufolie abdecken und im Ofen warm halten.

Pak Choi halbieren und mit kochendem Wasser aus dem Kocher übergießen; zugedeckt aufweichen lassen.

Knoblauch frisch reiben, gemeinsam mit anderen Aromatics in der Lachs-Pfanne kurz anschwitzen.

Reis hinzugeben und mit dem Stampfer klein machen und würzen.

Den gebratenen Reis auf dem Teller verteilen.

Lachs aus dem Ofen obendrauf legen, mit Teriyaki Sauce bepinseln, dekorieren mit Sesam und frisch gehacktem Koriander. Pak Choi aus warmem Wasser nehmen und neben Lachs auf den Reis legen.

