

## 36. Kalenderwoche 2016

# REZEPTE zur Gourmetkiste

## Asia-Salat mit Lachs

### Zutaten:

für 4 Portionen



### Zubereitung:

Ca. 20 Min.; Vorgarzeit im Ofen bei 150 C

600 g Lachs (mit Haut)  
4 EL Sojasauce  
Pfeffer, schwarz

Lachs  
mit Soja und  
Pfeffer marinieren und 10 Minuten im Ofen garen, warm stellen.

### Marinade:

2 Stücke Ingwer  
2 Knoblauchzehen  
160 ml Teriyakisauce  
2 EL Honig  
2 EL Senf, 2 TL Essig

Ingwer und  
Knoblauch schälen und fein hacken.  
Mit Teriyakisauce,  
Honig,  
Senf und Essig sirupartig einkochen.  
Lachs beidseitig kurz anbraten, mit Sirup überziehen.

170 g Asia-Salat  
Salz, Pfeffer  
Öl, Essig

Asia-Salat waschen.  
Mit Salz, Pfeffer,  
Öl und Essig abschmecken. Lachs auf Salat drapieren.

## Buschbohnen mit Räuchertofu

### Zutaten:

für 4 Portionen



### Zubereitung:

Ca. 30 Min.

750 g grüne Buschbohnen  
1 Knoblauchzehe  
2-3 Frühlingszwiebeln  
2 Tomaten

Bohnen gut putzen und die Enden knapp abschneiden.  
Knoblauch schälen und fein hacken.  
Frühlingszwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden.  
Tomaten waschen und würfeln. Bohnen in ungesalzenem Wasser ca. 15  
Minuten garen. Dann in kaltem Wasser (ein paar Eiswürfel dazu.)  
abschrecken – so bleibt die schöne grüne Farbe erhalten.

400 g Räuchertofu  
Öl  
Salz, 1 EL Zucker  
4 EL Essig  
4 EL Sonnenblumenöl  
1 EL Sojasauce  
1 EL Zitronensaft  
1 EL Agavendicksaft

Zwischendurch den Tofu in 0,5 – 1 cm große Würfel schneiden und scharf  
anbraten, bis die Würfel richtig kross und goldbraun sind.  
Mit Salz würzen. Dann Zucker dazugeben und karamellisieren lassen.  
Essig,  
Öl,  
Sojasauce  
Zitronensaft  
und Agavendicksaft mit in die Pfanne geben. Knoblauch hinzufügen.  
Sauce mit dem Tofu etwas ziehen lassen. Dann alle Zutaten zusammen  
fügen und gut vermengen.

Salz + Pfeffer

Mit Salz und Pfeffer nochmal abschmecken.

Tipp! Passt super als Beilage zu gegrilltem Seitan- oder Soja-Steak.