

Zucchini-Gurken-Salat

Zutaten für 4 Pers. **Zubereitungszeit** ca. 30 Min.

| | |
|--|--|
| 1 Schlangengurke | Gurke und |
| 650 g Zucchini | Zucchini waschen und mit dem Sparschäler in dünne Streifen schälen. |
| Salz | Gurken und Zucchini in einer Schüssel mit 1 Prise Salz und |
| Zucker | 1 Prise Zucker mischen und 5 Min. durchziehen lassen. |
| 1 rote Chilischote oder Chilipulver | Chili längs halbieren, entkernen und in feine Streifen schneiden. |
| 1 Limette | Limettensaft, |
| 4 EL Sojasauce | Sojasauce, |
| 1 EL brauner Zucker | braunen Zucker, |
| 2 TL Sesamöl | Sesamöl und |
| 2 EL Olivenöl | Olivenöl verrühren. Chilistreifen zugeben. |
| ½ Bund | Knoblauchschnittlauch in Streifen schneiden. Gurken und Zucchini |
| Knoblauchschnittlauch | abtropfen lassen und in einer Schüssel mit dem Dressing mischen. Mit |
| 40 g geröstete Erdnusskerne | Knoblauchschnittlauch und Erdnüssen bestreut servieren. |

Spitzkohl mit Rösti und Lachs

Zutaten für 4 Pers. **Zubereitungszeit** ca. 60 Min.

| | |
|----------------------------------|--|
| 400 g festkochende Kartoffeln | Kartoffeln waschen und in kochendem Wasser 15 Minuten knapp gar kochen. Kartoffeln abgießen, unter kaltem Wasser abschrecken und die Schale abziehen. Kartoffeln auskühlen lassen. Lachsfilet waschen, |
| 600 g Lachsfilet ohne Haut | trocken tupfen und in 4 Stücke schneiden. Lachs mit |
| Salz/Pfeffer | Salz und Pfeffer würzen. Fisch in eine gefettete, ofenfeste Form legen. |
| 1 Eigelb | Eigelb und |
| 1 EL Schlagsahne | Sahne verrühren. Kartoffeln grob raspeln, mit Salz und Pfeffer würzen und mit der Eigelb-Sahne mischen. Kartoffelraspel auf dem Lachs verteilen und im vorgeheizten Backofen (E-Herd: 200 °C/ Umluft: 175 °C/ Gas: |
| 1 Spitzkohl | Stufe 3) ca. 20 Minuten backen. Inzwischen Spitzkohl putzen, waschen und in grobe Streifen schneiden. Zwiebel schälen und fein würfeln. |
| 1 mittelgroße Zwiebel | Fett in einem Topf erhitzen, Zwiebel darin andünsten. Spitzkohl zufügen, unter Rühren anschmoren. Mit Salz, Pfeffer und |
| 30–40 g Butter oder Margarine | Muskat würzen. Zugedeckt bei mittlerer Hitze ca. 5 Minuten dünsten. |
| geriebene | Alles anrichten. |
| Muskatnuss | |