

## RS Stremellachs mit Meerrettich-Joghurt-Dip

auf Sushireis mit Gurken-Limetten-Salat



ca. 30min



3-4 Personen

Ein raffinierter Joghurdip mit frischer Meerrettichwurzel ist die perfekte geschmackliche Abrundung zum saftig-zarten Räucherlachs, dem leckeren Sushireis und dem knackigen Gurkensalat. Der Salat schmeckt dank geröstetem Sesamöl und frischer Limette sowie einem Hauch Chili herrlich asiatisch. Wir wünschen einen guten Appetit!



## Was du von uns bekommst

- 300g Sushireis
- 2 große Gurken
- 2 unbehandelte Limetten
- 10g Koriander
- 2 Lauchzwiebeln
- 2 Pck. geröstetes Sesamöl<sup>3</sup>
- 1 Pck. Chiliflocken
- 2 Pck. ASC-Stremellachs<sup>1</sup>
- 2 Becher Joghurt<sup>2</sup>
- 1 Stück Meerrettichwurzel

## Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker
- Essig

## Küchenutensilien

- mittelgroßer Topf mit Deckel
- Sparschäler
- Messbecher
- Küchenreibe
- Zitruspresse
- Sieb

Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

### Kochtipp

Wenn Kinder mitessen, die Chiliflocken nur auf die eigene Portion geben.

### Allergene

Fisch (1), Milch (2), Sesamsamen (3).  
Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

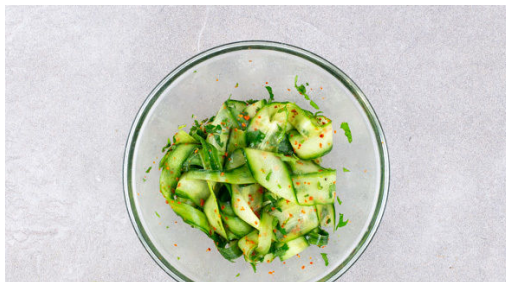
### Nährwertangaben pro Portion

Energie 646kcal, Fett 17.3g,  
Kohlenhydrate 97.6g, Eiweiß 27.3g



### 1. Reis kochen

In einem mittelgroßen Topf 600ml leicht gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den **Reis** in einem Sieb kalt abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Sobald das Wasser kocht, den **Reis** hineingeben und abgedeckt bei niedrigster Hitze 18–20Min. kochen, bis das Wasser aufgesogen und der **Reis** gar ist. Noch ca. 5Min. ohne Hitzezufuhr ziehen lassen.



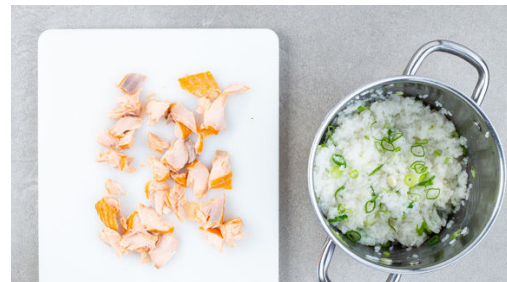
### 4. Salat zubereiten

Das **Sesamöl**, die **Limettenschale** und **2-3EL Limettensaft** unter die **Gurken** mengen und den **Salat** mit den **Chiliflocken nach Geschmack** würzen. **Vorsicht**, die **Chiliflocken** sind sehr scharf! Zum Schluss den **Koriander** ebenfalls untermengen.



### 2. Salat vorbereiten

Die **Gurken** mit einem Sparschäler rundum bis zum Kerngehäuse in breite Streifen schneiden und vorsichtig mit ½TL Salz vermengen. Die **Limettenschale** fein abreiben, dann die **Limetten** halbieren und auspressen.



### 5. Reis verfeinern

Den **Reis** vorsichtig mit einer Gabel auflockern und nach Geschmack mit 2EL hellem Essig sowie 1 kräftigen Prise Zucker verfeinern, ggf. mit Salz nachwürzen. Die **½ der Lauchzwiebeln** untermengen. Die Haut entfernen und den **Lachs** mit einer Gabel grob zerteilen, evtl. vorhandene Gräten mit einer Pinzette entfernen.



### 3. Koriander schneiden

Den **Koriander samt Stängeln** fein schneiden. Die **Lauchzwiebeln** in feine Ringe schneiden.



### 6. Dip zubereiten

Den **Meerrettich** fein reiben und mit dem **Joghurt** und **1-2EL Limettensaft** verrühren, mit Salz abschmecken. Den **Reis** mit dem **Lachs** und den **Gurken** anrichten. Mit dem **Meerrettich-Joghurt-Dip**, den **restlichen Lauchzwiebeln** und ggf. **1 Prise Chiliflocken** garnieren und servieren.