



Räucherlachs an Wasabi-Joghurt-Dip

auf Sushireis mit Gurken-Limetten-Salat

20-30min 2 Personen

Die grüne Wasabipaste mit ihrem typischen Geschmack und einer leichten Schärfe verfeinert den Joghurtdip, der die perfekte geschmackliche Abrundung zum zarten Räucherlachs, dem leckeren Sushireis und dem knackigen Gurkensalat ist. Auch der Gurkensalat schmeckt dank geröstetem Sesamöl und frischer Limette sowie einem Hauch Chili herrlich asiatisch. Wir wünschen einen guten Appetit!

Was du von uns bekommst

- 200g Sushireis
- 1 Gurke
- 1 unbehandelte Limette
- 10g frischer Koriander
- 1 Lauchzwiebel
- 1 Päckchen geröstetes Sesamöl¹¹
- 1 Päckchen Chiliflocken
- 1 Packung Reisessig
- 1 Packung Stremellachs⁴
- 1 Becher Joghurt⁷
- 1 Päckchen Wasabipaste

Was du zu Hause benötigst

- Salz
- Zucker

Küchenutensilien

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

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

Allergene

Fisch (4), Milch (7), Sesamsamen (11). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

Nährwertangaben pro Portion

Energie 708kcal, Fett 21.7g, Kohlenhydrate 87.1g, Eiweiß 37.5g



1. Reis kochen

Den **Reis** in ausreichend warmem Wasser 10Min. einweichen, dann in ein Sieb abgießen und mit kaltem Wasser abspülen, bis das Wasser klar bleibt. Den **Reis** mit 400ml Wasser in einem mittelgroßen Topf abgedeckt zum Kochen bringen und 3Min. bei starker Hitze kochen lassen, dann auf niedrigster Stufe noch 10-12Min. sanft köcheln lassen, bis der **Reis** gar ist.



4. Salat zubereiten

Das **Sesamöl**, den **Limettenabrieb** und den **Limettensaft** unter die **Gurken** mengen und den **Salat** mit den **Chiliflocken nach Geschmack** würzen. Dann den **Koriander** ebenfalls untermengen.



2. Salat vorbereiten

Die **Gurke** mit einem Sparschäler rundum bis zum Kerngehäuse in breite Streifen schneiden und vorsichtig mit 1/2TL Salz vermengen. Die **Limettenschale** abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen.



3. Koriander schneiden

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



5. Reis verfeinern

Den **Reis** mit dem **Reisessig nach Geschmack** sowie 1/2-1TL Salz und 1 Prise Zucker verfeinern und vorsichtig mit einer Gabel auflockern. Die **1/2 der Lauchzwiebeln** untermengen. Den **Lachs** mit zwei Gabeln auseinander zupfen. Ggf. vorhandene Gräten entfernen.



6. Dip anrühren

Den **Joghurt** glatt rühren und mit der **Wasabipaste nach Geschmack** und etwas Salz würzen. Den **Reis** mit dem **Lachs** und den **Gurken** anrichten. Mit dem **Wasabi-Joghurt-Dip**, den **restlichen Lauchzwiebeln** und ggf. mehr **Chiliflocken** garnieren und servieren.