



## Stremellachs Asia-Style

auf pikantem Gurken-Karotten-Gemüse



ca. 20min



2 Portionen

Der Stremellachs - hier in der doppelten Portion für noch mehr Protein - wird im Gegensatz zum Räucherlachs nicht kalt, sondern heiß geräuchert. Dadurch bekommt er seinen ganz typischen Geschmack, der fein ergänzt wird durch ein süß-pikantes Kohlrabigemüse mit Gurke und Karotte. Perfekt für ein feines Mittagessen, wenn es lecker, aber nicht zu üppig sein soll.

## Was du von uns bekommst

- 2 Gurken
- 1 Kohlrabi
- 1 Karotte
- 1 rote Zwiebel
- 2 Knoblauchzehen
- 1 unbehandelte Limette
- 50ml Sweet-Chili-Sauce
- 10g Koriander
- 2 Pck. ASC-Stremellachs<sup>1</sup>

## Was du zu Hause benötigst

- Salz und Pfeffer
- Olivenöl

## Küchenutensilien

- mittelgroße Pfanne
- Küchenreibe
- Zitruspresse

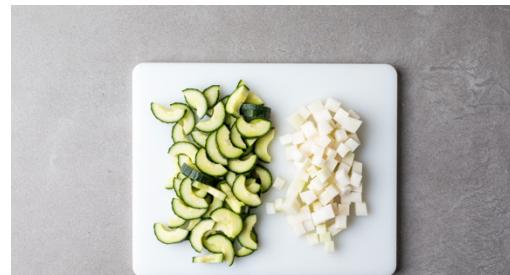
Vergiss nicht, das Gemüse vor der Zubereitung gründlich zu waschen, insbesondere grünes Blattgemüse und Salate.

## Allergene

Fisch (1). Kann Spuren von anderen Allergenen enthalten.

## Nährwertangaben pro Portion

Energie 637kcal, Fett 32.1g, Kohlenhydrate 39.1g, Eiweiß 45.9g



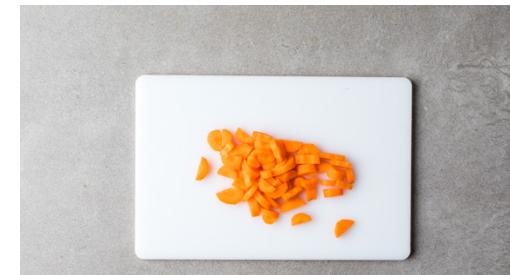
### 1. Gurke vorbereiten

Die **Gurke** längs halbieren und mit einem Teelöffel die Kerne herauskratzen. Die **Gurkenhälften** in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden. Den **Kohlrabi** mit einem Messer schälen, in ca. 1cm dünne Scheiben schneiden und die Scheiben anschließend würfeln.



### 4. Limette vorbereiten

Die **Limettenschale** fein abreiben, dann die **Limette** halbieren und auspressen.



### 2. Karotte schneiden

Die **Karotte** ggf. schälen, längs halbieren und quer in ca. 0,5cm dünne Scheiben schneiden.



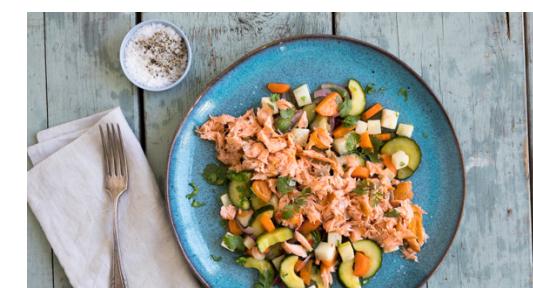
### 3. Zwiebel schneiden

Die **Zwiebel** schälen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Den **Knoblauch** schälen, halbieren und in hauchdünne Scheibchen schneiden.



### 5. Gemüse braten

Die **Gurken**, den **Kohlrabi** und die **Karotten** in einer mittelgroßen Pfanne mit 1EL Olivenöl bei starker Hitze 5-6Min. scharf anbraten. Die **Zwiebeln** und den **Knoblauch** zugeben und kurz mitbraten. Mit der **Sweet-Chili-Sauce** und **1-2EL Limettensaft** ablöschen. Das **Gemüse** gut durchschwenken und mit **1TL Limettenschale** sowie Salz und Pfeffer abschmecken.



### 6. Garnitur vorbereiten

Den **Koriander** samt **Stängeln** grob schneiden. Die Haut entfernen und den **Lachs** mit einer Gabel grob zerteilen, evtl. vorhandene Gräten mit einer Pinzette entfernen. Den **Lachs** auf dem **Gemüse** anrichten und mit dem **Koriander** garniert servieren.