



Björn Freitag

Lauwarmes Lachs-Sashimi mit wildem Brokkoli und Wasabi-Gurken-Salat

Zutaten für zwei Personen

Für das Sashimi: Lachs waschen, trockentupfen und häuten. In mundgerechte Streifen schneiden. In einer Schüssel Sojasauce, Balsamico, Chilisauce und etwas Wasser vermengen. Knoblauch abziehen und andrücken, in die Sauce geben. Sud in einer flachen Pfanne auf ca. 48 Grad erhitzen. Fischstreifen hinein geben und ca. 10 Minuten ziehen lassen.

500 g Lachsfilet mit Haut
1 Knoblauchknolle
300 ml Sojasauce
300 ml dunkler Balsamico
4 EL süße Chilisauce
2 EL Rapsöl
Salz, aus der Mühle

Für den wilden Brokkoli: Brokkoli waschen und putzen. Größere Röschen samt Stielen halbieren. In Olivenöl im Wok anbraten, mit Salz würzen.

500 g wilder Brokkoli
2 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle

Für den Wasabi-Gurken-Salat: Gurke schälen, mit einem Löffel entkernen und in feine Würfel schneiden. Salzen und zum Entwässern zur Seite stellen. Creme fraîche mit Wasabipaste verrühren und mit einem Schuss Essig und Salz abschmecken. Gurken abtropfen lassen und unter die Creme rühren.

1 Salatgurke
1 TL Wasabipaste
200 g Creme fraîche
1 EL Essig
Salz, aus der Mühle

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.