WUNDERDRESSING HIMBEERE

Gebratener Lachs auf Gurken-Radieschen-Salat

Fisch

FÜR 2 Portionen ZEIT 25 Minuten



Zutaten

- 1 kleine Salatgurke (ca. 300 g)
- 1 Bund Radieschen (ca. 150 g)
- 2 Frühlingszwiebeln
- ½ Bund Dill
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle
- 2 Lachsfilets mit Haut (je ca. 160 g)
- 1 EL Rapsöl
- 3 EL Wunderdressing Himbeere

Geschmack: Die fruchtige Note bringt Frische zum fetteren Fisch.

Zubereitung

1. Gurke waschen, längs halbieren, die Kerne mit einem Teelöffel herausschaben und die Hälften in dünne Scheiben schneiden. Radieschen putzen, waschen und in feine Scheiben schneiden oder hobeln.
2. Frühlingszwiebeln putzen und in feine Ringe schneiden. Dill waschen, trocken schütteln, die Spitzen abzupfen und fein schneiden. Alles mit Gurke und Radieschen in einer Schüssel mischen.
3. Lachsfilets trocken tupfen und rundum salzen. Öl in einer beschichteten Pfanne bei mittlerer bis starker Hitze erhitzen, Lachs mit der Hautseite nach unten hineinlegen und 4–5 Minuten braten, bis die Haut knusprig ist.
4. Lachs wenden, Pfanne vom Herd ziehen und den Fisch in der Resthitze noch 1–2 Minuten ziehen lassen, bis er innen leicht glasig ist (Kerntemperatur ca. 50–52 °C). Für durchgegarten Lachs die Pfanne nach dem Wenden noch 1–2 Minuten bei schwacher Hitze auf dem Herd lassen.
5. Wunderdressing kräftig schütteln, unter den Salat mischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Salat auf zwei Teller verteilen und den Lachs mit der Hautseite nach oben daraufsetzen.

DAZU PASST

Wunderdressing HIMBEERE mit Basilikumöl

Dieses Rezept online, alle Sorten und Händler in deiner Nähe:

world-of-wunder.de