

# SESAM-LACHS MIT PAK CHOI UND PILZEN

## Zutaten (2 Personen)

- 300 g Lachsfilet
- 1 EL Sesam
- 250 g Pak Choi
- 100 g Austernpilze
- 100 g Shiitakepilze
- ½ rote Chili
- 10 g Ingwer
- 2 EL Sesamöl
- Salz, Pfeffer
- ½ Limette



## Zubereitung

Sesam in einer Pfanne ohne Öl goldbraun rösten. Stiele und Blätter des Pak Choi in Streifen und Pilze in mundgerechte Stücke schneiden. Chili und Ingwer klein hacken und zusammen mit den Pak-Choi-Stielen und den Pilzen im Sesamöl anbraten. Pak Choi-Blätter hinzugeben und kurz zusammenfallen lassen. Mit Salz würzen und in einer mit Sesamöl geölten Auflaufform verteilen.

Lachs mit Pfeffer und Salz würzen und in der Pfanne von beiden Seiten anbraten – Haut sollte knusprig werden. Dann auf das Gemüse setzen und im Backofen bei 160 Grad Umluft ca. 8-10 Minuten garen.

Limette auspressen und den Lachs damit beträufeln und mit Sesam bestreuen.