

# REZEPTE

## Gebratener Chinakohl mit Lachs

### Zutaten:

Für 4 Personen

### Zubereitung:

Ca. 35 Min.

|                          |  |
|--------------------------|--|
| 1 kleiner Chinakohl      | Chinakohl halbieren, vom Strunk befreien, vierteln und in dünne Streifen hobeln. Waschen und gut abtropfen lassen.   |
| 1 Schalotte              | Schalotte schälen und fein würfeln   |
| 1 EL Sesamöl             | Sesam in einer Pfanne ohne Fett anrösten, aus der Pfanne nehmen und beiseite stellen.  |
| 3 EL Öl                  | 2 EL Öl in der Pfanne erhitzen. Schalotte darin glasig dünsten. Chinakohl zugeben und unter Rühren etwa 5 Minuten bei starker Hitze anbraten. Mit Teriyaki-Sauce, Salz und Pfeffer abschmecken, warm halten.   |
| 4 EL Teriyaki-Sauce      | Lachsfilet abspülen, trockentupfen und in 4 gleich große Stücke schneiden. Restliches Öl in einer weiteren Pfanne erhitzen. Lachs darin bei mittlerer Hitze von jeder Seite etwa 2 Minuten anbraten, sodass die Stücke innen noch leicht glasig bleiben. |
| Salz, Pfeffer            | Inzwischen Petersilie waschen, trockenschütteln, Blätter abzupfen und fein hacken.   |
| 300 g Lachsfilet         | Limette abspülen, trockenreiben und vierteln oder in Spalten schneiden. Gerösteten Sesam unter den Chinakohl heben. Lachs mit Petersilie bestreuen, mit Limettenviertel oder -spalten und Chinakohl anrichten.   |
| ½ Bund glatte Petersilie |  |
| 1 Limette                |  |

## Topinambur-Curry-Suppe

### Zutaten:

für 4 Personen

### Zubereitung:

ca. 20-25 Min.

|                     |   |
|---------------------|---|
| 500 g Topinambur    | Topinambur und Kartoffeln schälen und würfeln.  |
| 250 g Kartoffeln    | In Butter und Öl anschwitzen und mit Gemüsebrühe ablöschen und ca. 15 Min. gar kochen lassen. |
| 2 EL Butter +       |   |
| 1 Schuß Öl          |   |
| 1 Liter Gemüsebrühe |   |
| 1 TL Currypulver    |   |
| 1 EL Rohrzucker     | Suppe pürieren und mit den Gewürzen nach Belieben abschmecken.                                |
| 2 EL Honig          |   |
| Salz                |   |
| Cayennepfeffer      |   |
| Koriander           |   |
| Zitronensaft        |   |
| 1 EL Schmand        |   |