



Lachse vom Walisischen Lamm (g.g.A.) mit Granatapfel-Soja- Glasur



Zutaten

Für die Lachse:

- 4 Lachse vom Walisischen Lamm
- 15 g (1 EL) Ghee, Butterschmalz oder 15 ml (1 EL) Rapsöl
- 60 ml (4 EL) Granatapfelmelasse
- 30 ml (2 EL) Sojasauce
- Granatapfelkerne
- etwas Flockensalz

Als Beilage eignet sich besonders gut blanchiertes marktfrisches Gemüse der Saison, wie z.B. Kaiserschoten.

Zubereitung

1. Walisische Lammlachse ca. ½ – 1 Stunde vor Zubereitung aus Kühlschrank nehmen und Zimmertemperatur annehmen lassen.
2. Ofen auf 80 °C vorheizen. Für das Gemüse Salzwasser in großem Topf zum Kochen bringen. Nacheinander gewünschte Gemüsesorten darin ca. 3 bis 5 Minuten blanchieren. Dann Gemüse abschrecken, abtropfen lassen und in ofenfeste Schale legen, die mit feuchtem Küchenpapier ausgelegt sind. Schale abdecken und Gemüse einige Minuten bis zu Zubereitung des Fleisches warm halten.
3. Lammlachse auspacken und trockentupfen.
4. Für Glasur Granatapfelmelasse und Sojasauce mit Küchenpinsel in Schälchen vermischen.
5. Pfanne erhitzen. Butterschmalz, Ghee oder Rapsöl in Pfanne geben und Lammlachse darin von beiden Seiten ca. 1 bis 2 Minuten lang scharf anbraten. Hitze reduzieren und weiter anbraten aber dabei rundum mehrfach mit Pinsel mit Glasur bestreichen. Achtung: durch den hohen Zuckergehalt kann Glasur am Pfannenboden anbrennen, daher Pfannenboden

Zubereitungszeit:

15 Minuten

Portionen: 4

Küche: asiatisch

Zuschnitt: Lachs



immer wieder davon befreien.

5. Lammlachse nach Wunsch garen. Am besten schmecken Sie mit der Granatapfel-Soja-Glasur noch „bleu“.
7. Fleisch aus Pfanne nehmen. Restliche Glasur kurz in Pfanne erhitzen (nicht anbrennen lassen).
8. Zum Anrichten Lammlachse aufschneiden, mit heißer Glasur beträufeln und mit Flockensalz würzen. Blanchiertes Gemüse dazu anrichten. Ebenso mit Glasur beträufeln und alles mit frischen Granatapfelkernen bestreuen.