



### Zutaten für 2 Personen

380 g Ikarimi-Lachs (mit Haut)  
etwas Pflanzenöl  
300 g Zuckerschoten  
etwas Butter  
Salz

#### Teriyaki-Sauce

6 EL Sojasauce  
2 EL Sake  
5 EL Gemüsefond  
2 TL Honig  
1 1/2 TL brauner Zucker  
1 cm Ingwer  
2 EL Orangensaft

weißen und schwarzen Sesam



### Teriyaki Lachs auf Sesam-Zuckerschoten

#### Zubereitung

Für die Teriyaki-Sauce den Ingwer schälen und fein würfeln. Alle Zutaten in einem kleinen Topf zum köcheln bringen und auf niedriger Stufe weiter köcheln bis eine leicht dickliche Sauce entsteht. Das dauert ca. 15 Minuten. Den Topf vom Herd nehmen und abkühlen lassen. 2 EL abnehmen und beiseite stellen. Den Lachs kalt abrausen, trocken tupfen und in der Teriyaki-Sauce 15 Minuten marinieren lassen.

In der Zwischenzeit die Zuckerschoten waschen und halbieren. Salzwasser zum Kochen bringen und die Zuckerschoten 5 Minuten bissfest garen. Wasser abgießen und die Schoten kalt abschrecken. Butter in einer Pfanne schmelzen und die Zuckerschoten kurz darin durchschwenken.

Etwas Pflanzenöl in einer Pfanne erhitzen, die Hitze reduzieren, den Lachs aus der Marinade nehmen und zunächst auf der Hautseite langsam garen. Drehen und weitere 3 Minuten weiterbraten.

Zuckerschoten auf den Teller geben und mit weißem und schwarzem Sesam bestreuen. Den Lachs oben drauf legen, mit der restlichen Teriyaki-Sauce beträufeln und mit einigen Sesamkörnern bestreut servieren.