

Lachs im Cornflakes-Knusper-Mantel mit Tomaten-Avocado-Tzatziki

für das Tzatziki

1 Salatgurke
1 Avocado
1 Rote Zwiebel
3-4 Tomaten
2 Korianderstängel
3 geschälte Knoblauchzehe
125g Griechischer Joghurt
1/2 EL Honig
Saft von einer Limette
Salz & Cayenne Pfeffer

für den Lachs

600g Lachs in 4 gleiche Stücke geschnitten
30g Cornflakes
1 EL Sambal Olek
1 EL Honig
1 EL Senf
Paprikapulver, Kurkuma

Außerdem

Pizzablech oder BBQ Schale

1. Grill auf 180°C hoch heizen. Cornflakes zerkrümeln, mit Paprika und Kurkuma mischen. Frischfilets abbrausen und trocken tupfen. Sambal Olek, Honig und Senf verrühren und mit der Cornflakes Mischung verrühren und großzügig auf die Filets geben.
2. Den Lachs für 10- 12 Minuten bei indirekter Hitze mit geschlossenem Deckel Grillen.
3. Gemüse waschen und schälen. Gurke und Tomate vierteln und Kerne auskratzen. Gurke, Tomatenfilets, Rote Zwiebel in gleichmäßige Streifen schneiden, alles mischen. Korianderblätter und Knoblauch feinhacken. Dies mit Honig und dem griechischen Joghurt mischen und mit Salz, Cayenne Pfeffer abschmecken. Avocado in grobe Stücke schneiden und unter den Salat geben
4. Tzatziki auf die Teller geben und den Lachs darauf anrichten. Mit Olivenöl beträufeln.

FORUM FÜR KOCHKULTUR & LEBENSART

Johann Lafers Table d'Or GmbH & Co. KG · Hauptstraße 3 · 55452 Guldental

Tel.: 0 67 07 - 94 95-0 · Fax: 0 67 07 - 94 95-45

Amtsgericht Bad Kreuznach · HRA Nr. 20561 · Sitz Guldental · Geschäftsführer: Johann Lafer

www.lafer.de · e-Mail: tabledor@lafer.de

© Johann Lafer



LAFER

TABLE D'OR