



Asia Wok
mit Meeresschätzchen



Asia Wok mit Meeresschätzen

Zutaten für 4 Portionen

300 g Lachs
400 g Garnelen (Black Tiger)
250 g Reis
1 Bund Frühlingszwiebeln
1 Zwiebel
2 Knoblauchzehen
1 Glas Sprossen
2-3 EL Sesamöl
50 ml Fischsoße
Salz und Pfeffer

Zubereitung

Den Lachs und die Garnelen über Nacht auftauen lassen.

Den Reis nach Packungsanweisung kochen und beiseitestellen. Die Zwiebeln und den Knoblauch in kleine Würfel schneiden und in dem Sesamöl in einer Pfanne anbraten.

Nun den Fisch in Würfel schneiden und mit den Garnelen und der Fischsoße in die Pfanne geben. Alles zusammen kurz anbraten. Wenn der Fisch und die Garnelen fertig sind, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Den Reis mit in die Pfanne geben und mit anbraten.



Die Frühlingszwiebeln in kleine Ringe schneiden und am Ende mit den Sprossen in die Pfanne geben und noch etwas erhitzen.

Nun alles zusammen anrichten und servieren.

Unsere Weinempfehlung:

Ein Chardonnay von 19 Crimes.

Guten Appetit!