





# Teriyaki-Lachs

Lachs wird mit der asiatischen Soße zu einem köstlichen Fischgericht. Dieses Rezept ist mit wenigen Zutaten schnell gemacht und doch so raffiniert.

etwa 6 Stück    etwas Übung erforderlich  bis 40 Minuten



## Zutaten:

### Teriyaki-Lachs:

etwa 900 g Lachsfilets (mit Haut)  
6 Stück je 150 g  
9 EL Teriyaki-Soße  
3 EL helle Sesamsamen  
1 ½ TL gemahlener Ingwer  
1 EL Dr. Oetker Gustin Feine Speisestärke  
Salz

### Außerdem:

etwa 2 EL Speiseöl, z. B. Sesamöl  
etwa 6 Zweige Thymian

Wie brate ich einen leckeren Teriyaki-Lachs?:

## 1 Teriyaki-Lachs marinieren:

Lachsfilets unter fließendem kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen, evtl. entgräten. Teriyaki-Soße, Sesam, Ingwer, Gustin und 2 Pr. Salz in einer flachen Schale verrühren. Lachs hineinlegen, wenden und in der Marinade etwa 30 Min. im Kühlschrank ziehen lassen.

## 2 Teriyaki-Lachs braten:

Öl in einer Pfanne erhitzen. Marinade vom Lachs etwas abtropfen lassen. Dann den Lachs in der Pfanne mit der Hautseite nach unten bei mittlerer Hitze etwa 4 Min. braten. Umdrehen und von der anderen Seite etwa 1 Min. gar ziehen lassen. Teriyaki-Lachs etwas salzen und mit Thymianzweigen dekorieren.

### Tipps aus der Versuchsküche

- Zu dem Teriyaki-Lachs eine [Gemüse-Bolognese](#) und Pasta servieren.
- Zum Braten eignet sich am besten eine Grillbratpfanne. So entsteht auf der Hautseite des Teriyaki-Lachses ein schönes Muster.