

## Rezept

# Japan-Lachs-Wok

Ein Rezept von Japan-Lachs-Wok, am 28.04.2025

## Zutaten

<b>600 g</b> Lachsfilet (ohne Haut)	<b>1</b> große Aubergine (ca. 400 g)
Salz	<b>300 g</b> Blattspinat
<b>125 ml</b> Fischfond (aus dem Glas)	<b>4 EL</b> dunkle Sojasauce
<b>2 EL</b> Limettensaft	<b>2 EL</b> Sake (japanischer Reiswein, ersatzweise Sherry Fino)
<b>2 EL</b> Mirin (süßer japanischer Reiswein, ersatzweise Sherry Amontillado)	<b>1 EL</b> Zucker (ersatzweise Honig)
<b>4 TL</b> Sesam	<b>6 EL</b> Öl

## Rezeptinfos

**Portionsgröße** Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 500 kcal

## Zubereitung

1. Den Lachs kalt abspülen und trocken tupfen. Aubergine waschen und putzen. Beides in 2 cm große Würfel schneiden. Den Fisch salzen. Spinat putzen und harte Stiele entfernen. Die Blätter waschen und abtropfen lassen. Den Fischfond mit Sojasauce, Limettensaft, Sake, Mirin und Zucker verquirlen.
2. Erst den Wok, dann 2 EL Öl darin erhitzen. Den Lachs in zwei Portionen unter Rühren scharf anbraten. Die Lachswürfel herausnehmen und warm stellen.
3. 4 EL Öl im Wok erhitzen und die Auberginen darin unter Rühren in 4-5 Min. goldbraun braten. Die Würzsauce angießen. Den Spinat einstreuen und zusammenfallen lassen. Die Fischwürfel unter das Gemüse heben und kurz erwärmen. Mit Sesam bestreuen.