

## Lachs mit Kartoffel-Sellerie-Püree und Blattsalat

### Zutaten für den Lachs (für 4 Personen):

- 3 EL Ahornsirup
- 3-4 EL Sojasoße
- Pfeffer
- 700 g (mit Haut) Lachsfilet
- 3 EL Mehl
- 5 EL Olivenöl

Ahornsirup mit Sojasoße und frisch gemahlenem Pfeffer verrühren. Lachs in 4 Stücke schneiden und mit der Haut nach oben auf eine tiefe Platte oder flache Schale legen. Marinade darübergießen und 15-30 Minuten marinieren.

Mehl in einen tiefen Teller geben. Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen. Fischstücke mit der Hautseite ins Mehl drücken, dann mit der Haut nach unten in die Pfanne geben. Bei mittlerer Hitze etwa 10 Minuten hellbraun braten.

Mit Salat und Kartoffel-Sellerie-Püree servieren.

### Zutaten für den Salat:

- 30 g Pekannüsse
- 3-4 EL Ahornsirup
- 4-5 EL Limettensaft
- 6 EL Olivenöl
- Salz
- 150 g Blattsalat z.B. Babyleaf, Radicchio oder Friséesalat
- 1 Bund Kerbel
- 1 Bund Dill
- ½ Bund glatte Petersilie
- ½ Bund Schnittlauch

Für die Vinaigrette die Nüsse in einer Pfanne ohne Fett anrösten und grob hacken. In einer Schüssel Ahornsirup, Limettensaft, Olivenöl und Salz mischen.

Salat putzen, waschen, trocken schleudern und in Stücke zupfen. Kerbelblätter und Dillspitzen abzupfen, Petersilienblättchen hacken. Schnittlauch in Röllchen schneiden. Alles in eine Schüssel geben, gut miteinander vermischen und kurz vor dem Servieren die Vinaigrette darübergerben.

Sendung/Quelle: Tim Mälzer kocht!

Letzter Sendetermin: 04.08.2018

Koch/Köchin: Tim Mälzer

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)