

Winzer-Rezepte aus Übersee

Kobie Viljoen aus Südafrika empfiehlt:

Scharf mariniertes Lachs

& Jo Vabond Chenin Blanc

Zutaten (für 4 Personen)

4 frische Lachsfilets à 150 g ohne Haut
2 EL Sonnenblumenöl
2 EL Gochujang Paste
(Koreanische Chilipaste)
2 EL Soja Sauce
1 EL Sesamöl
½ EL Fischsauce
2 TL Zucker
1 EL Sesamkörner



Zubereitung

In einer Schüssel 2 EL Gochujang Paste, 2 EL Soja Sauce, 1 EL Sesamöl, ½ EL Fischsauce, 2 TL Zucker und 1 EL Sesamkörner miteinander gut verrühren. Marinade 10 Minuten ziehen lassen.

Lachsfilets kurz abspülen, trocken tupfen und mit der angerührten Marinade auf allen Seiten gleichmäßig bestreichen. Abgedeckt im Kühlschrank – am besten über Nacht – ziehen lassen (mindestens 4 – 5 Stunden).

Eine geriffelte Pfanne auf mittlere Temperatur erhitzen und 2 EL Sonnenblumenöl darin erwärmen. Darin die marinierten Lachsfilets auf beiden Seiten jeweils für 2 – 3 Minuten braten. Würzige Lachsfilets mit Limettenscheiben auf einem Gemüsebett servieren. Eine gute Beilage ist feiner Basmati Reis.

Zu diesem Rezept passt der »Jo Vabond Chenin Blanc«. Dieser hocharomatische Weißwein vom südafrikanischen Atlantik fängt die Schärfe des Lachses perfekt auf.