Für 4 Personen

Zutaten

- 4 Lachsfilets à ca. 170 g, ohne Haut
- 4 kleine Packung Pak Choi
- 8 kleine Shiitake-Pilze
- Sesamöl
- Shiso-Kresse

Für die Sauce

- 200 ml Wasser
- 100 ml Mirin Reiswein
- 1 Messerspitze Ingwer
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Rosmarinzweig
- 100 ml Sojasauce
- 50 g Zucker

Für die Nudeln

- 200 g Vollkornmehl
- 200 g Hartweizengries
- 3 Eier
- Salz & Wasser

Zubereitung

Mehl, Hartweizengries, Eier und Salz verkneten. Eventuell etwas Wasser dazugeben bis der Teig geschmeidig ist. Mit einem feuchten Tuch bedeckt 30 Minuten ruhen lassen. Auf einer bemehlten Arbeitsfläche sehr dünn ausrollen und in dünne Streifen schneiden. Auflockern und etwas antrocknen lassen. Kurz vor dem Anrichten in kochendem Salzwasser drei bis vier Minuten bissfest garen, abseien und in etwas Sesamöl wenden.

Für die Teriyaki-Sauce alle Zutaten miteinander verrühren, bis sich der Zucker aufgelöst hat. Das geht am besten, wenn man die Zutaten leicht erwärmt. Den Lachs in der Sauce 30 Minuten marinieren. Die Kresse waschen und abtropfen. Eine Grillpfanne mit etwas Sesamöl einreiben und den Lachs von beiden Seiten drei Minuten grillieren, dabei mehrmals mit der Marinade bepinseln. Überflüssiges Öl abgiessen und die restliche Marinade in die Pfanne geben. Aufkochen lassen und den Fisch noch einige Minuten in der Sauce gar ziehen lassen.

Den Pak Choi putzen und in etwas Butter und 50 ml trockenem Weisswein fünf bis zehn Minuten weichkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Nudeln und den Pak Choi zusammen mit dem Lachs anrichten und mit der restlichen Marinade beträufeln. Mit Kresse und Pilzen garnieren.