



Hauptgericht

Lachsseite mit Ahorn-Senf-Glasur & Kürbis-Spalten von der Feuerplatte



Zubereitungszeit
ca. 50 Minuten



Schwierigkeitsgrad



Nährwertangabe
3.200 kcal/13.388 kJ



Hauptgericht

Lachsseite mit Ahorn-Senf-Glasur & Kürbis-Spalten von der Feuerplatte



Zutaten

(für vier bis sechs Personen)

1 frische Lachsseite (ca. 1 - 1,5 kg, mit Haut)
1 Hokkaido-Kürbis (oder Butternut)
3 EL Olivenöl
2 EL Ahornsirup (alternativ Honig)
2 EL grober Senf (z. B. Dijon oder körnig)
2 EL Sojasauce
2 Knoblauchzehen, fein gehackt
1 kleine Chilischote (optional, für etwas Schärfe)
Salz & Pfeffer
Frische Kräuter (Dill oder Petersilie) zum Garnieren



Nährwertangaben

(pro Portion)

Energie: 3.200 kcal/13.388 kJ

Eiweiß: 240 g

Kohlenhydrate: 100 g

Fett: 200 g



Zubereitung

1. Hokkaido in Spalten schneiden (ca. 2 cm dick). Mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und etwas Knoblauch marinieren.
2. Kürbis direkt am äußeren Rand der Feuerplatte platzieren – dort langsam garen lassen, bis die Kürbisspalten goldbraun und weich sind.
3. Ahornsirup, Senf, Sojasauce, Chili und Knoblauch zur Glasur anrühren und vorerst zur Seite stellen.
4. Feuerplatte gut anheizen. Lachsseite mit der Hautseite zuerst leicht am Rand der Platte anlegen, sodass sie schonend gart. Nach ca. 10 Minuten die Glasur mit einem Pinsel großzügig auftragen. Den Lachs immer wieder glasieren, bis er glasig und saftig ist (Gesamtzeit ca. 20 bis 25 Minuten, je nach Hitze).
5. Kürbisspalten in die Mitte ziehen, damit sie Röstaromen kriegen.
6. Lachs vom Feuer nehmen, mit Kräutern bestreuen.

Serviervorschlag:

Lachs in Tranchen schneiden, zusammen mit den Kürbisspalten servieren.

Dazu passt ein cremiger Dip (z. B. Joghurt mit Limette & Dill) oder ein rustikales Brot direkt von der Platte.

Guten Appetit!

Fotos: © Sona - stock.adobe.com, © bit24 - stock.adobe.com, © M.studio - stock.adobe.com, © Popova Olga - Fotolia.com, © karandaev - Fotolia.com, © Roman Ivaschenko - stock.adobe.com, © Leonid Nyshko - stock.adobe.com, © Barbara Pheby - Fotolia.com, © rater76 - stock.adobe.com, © Mara Zemgaliete - Fotolia.com, © BillionPhotos.com - stock.adobe.com, © Mny-Jhee - Fotolia.com



Wochenmarkt an der Pauluskirche
Wo Genießer gerne einkaufen