

SALATE & BOWLS

FLAMMED BOWL mit Flammlachs



ZUTATEN

- Flammlachs ‚Black Label‘ (Art.-Nr. 388938 oder 600148)
- Bulgur
- Mango
- Avocado
- Edamamebohnen
- Sojasauce
- Heller und dunkler Sesam
- Cranberries
- Enoki Pilze
- Sushi Mayoo
- Japanische Sriacha Sauce

ZUBEREITUNG

Den Flammlachs in kleine Stücke zupfen (pro Portion ca. 350 g), Sojasauce hinzugeben und kurz im Kühlschrank ziehen lassen.

Die Mango sowie die Avocado in kleine Würfel schneiden.

Währenddessen den Bulgur nach Packungsanweisung garen und den hellen sowie dunklen Sesam in einer Pfanne anrösten.

Für das Anrichten zunächst den warmen Bulgur und dann die Edamamebohnen in die Schüssel geben. Danach folgt der durchgezogene Flammlachs und die Mango- sowie Avocadowürfel.

Als Topping die Cranberries, Enoki Pilze, Sushi Mayoo und die japanische Sriacha Sauce auf der Bowl verteilen. Zum Abschluss das Schüsselgericht mit dem gerösteten Sesam überstreuen.

Zum Dekorieren eignen sich Kresse, Rollen aus Noriblättern oder Algenchips (alles essbar).