

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 15. Juni 2020** ▪  
**Leibgericht mit Mario Kotaska**



**Janna Budesheim**

**Teriyaki-Lachs mit cremiger Erdnuss-Curry-Sauce,  
Süßkartoffel-Spaghetti und Mango-Koriander-Salat**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Lachs:**

2 Lachsfilets, mit Haut, à 150 g  
 2 Knoblauchzehen  
 1 EL Honig  
 6 EL Sojasauce  
 1-2 EL Mirin

Den Ofen auf 150 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Lachsfilets waschen und trockentupfen. Sojasauce, Honig und Mirin verrühren und den Lachs darin marinieren. Lachs kurz auf der Hautseite anbraten. Knoblauchzehen abziehen, mit einem großen Messer flachdrücken und beim Braten mit in die Pfanne geben. Lachs 5-10 Minuten in den Ofen schieben.

**Für die Sauce:**

1 Knoblauchzehe  
 1 Limette  
 2 EL ungesalzene Erdnüsse  
 1 Dose Kokosmilch  
 1 TL gelbe Currypaste  
 4 EL Erdnussbutter, ohne Stückchen  
 3 EL Sojasauce  
 1 kleines Stück Ingwer  
 1 TL Kurkuma  
 1 TL Speisestärke

Ingwer waschen, trockentupfen und reiben. Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Knoblauch abziehen und klein hacken. Currypaste, Ingwer, Kurkuma und Knoblauch in der Pfanne anrösten und mit Kokosmilch ablöschen. Erdnussbutter dazugeben und cremig rühren. Je nach Geschmack Limettensaft und Sojasauce hinzufügen. Sollte die Sauce gerinnen, Speisestärke dazugeben. Sauce mit Süßkartoffel-Spaghetti verrühren. Erdnüsse hacken und drüber streuen.

**Für die Spaghetti:**

3 Süßkartoffeln  
 Salz, aus der Mühle

Süßkartoffeln schälen und mit dem Spiralschneider in Spaghetti-Form bringen. In kochendem Salzwasser garen.

**Für den Salat:**

1 Salatgurke  
 1 rote Chili  
 1 Schalotte  
 1 Mango  
 1 Orange  
 1 Limette  
 1 EL flüssiger Honig  
 50 ml Olivenöl  
 1 kleines Stück Ingwer  
 1 Bund Koriander  
 Salz, aus der Mühle  
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Mangofleisch aus der Schale befreien und in Würfel schneiden. Salatgurke waschen, trockentupfen, Enden entfernen und in Würfel schneiden. Chili der Länge nach aufschneiden, von Kernen befreien und fein würfeln. Schalotte abziehen und auch fein würfeln. Für das Dressing die Limette halbieren, auspressen und Saft auffangen. Ingwer waschen, trockentupfen und reiben. Orange halbieren, auspressen und Saft auffangen. Ingwer und Limettensaft mit einem Schuss Orangensaft, Honig und Olivenöl zu einem Dressing verarbeiten und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Koriander abrausen, trockenwedeln, von den harten Stielen entfernen und klein hacken. Kurz vor dem Servieren den Koriander ins Dressing sowie zur Mango geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.