

## „Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2



Fotocredit: Simeon Baker

### Poke von Wagramer Lachsforellen

#### Zutaten

(4 Personen)

- 250 g rohes Lachsforellenfilet bester Qualität (würfelig geschnitten)
- 2 Orangen (geschält und filetiert – Reste aufheben!)
- Sojasauce
- Erdnussöl
- 1 Knoblauchzehe (fein gehackt)
- etwas frisch geriebener Ingwer (fein geschnitten)
- 1/2 Bund Jungzwiebeln (fein geschnitten)
- 1/2 frische rote Chilischote (fein geschnitten)
- 200 g Sushi-Reis (am besten im Dampfgarer 10. Min. gekocht)
- evtl. schwarze Sesamkörner zum Bestreuen

## Zubereitung

Lachsforellenwürfel in eine große, flache Form geben, die Orangenfruchtfleischreste darüber auspressen, dann etwas Sojasauce und Erdnussöl darüber gießen und alles mit Knoblauch, Ingwer, Jungzwiebeln, Orangenfilets und Chili verrühren.

Den überkühlten Reis in einer Schüssel mit etwas Sojasauce und Öl (im Verhältnis 1 : 2) marinieren, auf Tellern anrichten, den Lachsforellen-Salat darüber verteilen und evtl. mit schwarzem Sesam bestreuen.