



Gegrillter Teriyaki Lachs-Burger

Zutaten für 4 Personen:

- 4 Bürgerbrötchen
- 600 gr. Lachsfilet
- 4 EL Sojasoße
- 200 ml. Teriyakosoße
- 300 gr. grüner Spargel
- 2 EL Olivenöl
- 2 EL weißer Sesam
- 2 EL weißer Balsamico
- Salz, Pfeffer
- 1/2 Gurke
- 1 Bund Dill
- 200 gr. Joghurt 3,5%
- 2 rote Zwiebeln

Zubereitung:

Am besten ist es wenn man die Burgerbrötchen (Buns) selber macht. Hier habe ich schon fertige Sesam-Burgerbrötchen vom Kaufland genommen. Die schmecken auch sehr gut. Davon dann 4 Stück.

Für 4 Personen braucht Ihr ein ca. 600 gr. großes Stück Lachfilet. Dieses legt Ihr ca. 30 Minuten in 4 EL Sojasoße und 200 ml Teriyakisoße ein. Dazu nehmt Ihr 300 gr. grünen Spargel, Olivenöl, weißer Sesam, weißen Balsamico, 0,5 Gurke, 1 Bund Dill, 200 gr. Joghurt 3,5%, 2 rote Zwiebeln, Salz und Pfeffer.

Den grünen Spargel schneidet Ihr in Streifen und grillt Diesen dann ca. 5 Minuten auf dem Grill. Anschließend vermengt Ihr den Spargel mit dem Olivenöl, Sesam, Essig, Salz und etwas Pfeffer.

Die Gurke waschen, halbieren, das Kerngehäuse entfernen und dann grob raspeln. Dill waschen, trocken schütteln und hacken.

Dill, Gurke und Joghurt zu einer Soße verrühren. Rote Zwiebeln in feine Scheiben schneiden.

Den Lachs dann (ich habe es auf der Zedernholzplanke gemacht) ca. 15 Minuten bei 200 Grad grillen. Die Zwiebeln nach 10 Minuten mit auf den Grill legen.

Nun die Bürgerbrötchen halbieren und kurz auf dem Grill goldbraun grillen.

Die Brötchen mit der Soße bestreichen und anschließend den Lachs darauf legen. Dann mit dem gegrillten Spargel und den Zwiebeln bedecken und noch etwas Soße oben drauf. Deckel drauf und fertig ist der geile Teriyaki-Lachs Burger.

Viel Spaß beim nachmachen.

Eure Sandra