

# Salat mit Lachs



## Zutaten

2 Lachsfilets  
Junger Frühlingssalat (zB. Löwenzahn,  
Rauke oder Babyspinat)  
100 g Linsen  
2 EL Soja Sauce  
1TL Honig  
1 EL Sesamsamen

## *Für das Dressing*

125 g Joghurt  
1 TL Senf  
1 EL Olivenöl  
1 EL Essig  
1 EL Wasser  
Salz  
Pfeffer

## Zubereitung

Die Lachsfilets im Gemisch von Soja Sauce, Honig und Sesamsamen eine Stunde marinieren. Inzwischen die Linsen nach Packungsangaben kochen, abtropfen lassen, salzen und bereitstellen. Die Lachsfilets auf mittlerer Hitze von beiden Seiten kurz anbraten und mit Hilfe von 2 Gabeln in kleine Stücke zerreißen. Alle Zutaten für das Dressing zusammenrühren, danach Salatblätter, Dressing und Lachsfilet zusammen mischen. Mit einem Esslöffel die Linsen darauf platzieren.



Sterzinger  
**YOGURT**  
Vipiteno

