

# Lachs-Döner mit Knoblauchsoße

Fisch-Gerichte » Lachs-Gerichte

## Zutaten (4 Personen)

- » 1 Zwiebel(n)
- » 2 Tomate(n)
- » etwas Römersalat
- » 1 Avocado(s)
- » 1 EL Zitronensaft
- » 1 Knoblauchzehe(n)
- » 150g Joghurt (natur)
- » 150g Crème fraîche
- » Salz & Pfeffer
- » Chilipulver
- » 1 Prise Zucker
- » 400g Fladenbrot(e)
- » 300g Lachsfilet(s)
- » 1-2 EL Öl
- » 1 TL Sesam

## Bewertung



### Beschaffung

manchmal im Discounter



### Kosten

11-15€



### Zubereitungszeit

bis 30min

## Zubereitung

1. Ofen auf 175°C vorheizen. Zwiebel schälen und in Ringe schneiden. Tomaten und Salat putzen, waschen und klein schneiden.

2. Avocado halbieren, entsteinen, schälen, klein schneiden und mit Zitronensaft beträufeln. Knoblauch schälen, hacken. Mit Joghurt und Crème fraîche verrühren. Mit Salz, Chili und etwas Zucker würzen.

3. Brot ca. 5min aufbacken. Lachs waschen, trockentupfen und würfeln. Im heißen Öl unter Wenden ca. 4min braten. Mit Salz und Pfeffer würzen. Mit Salatzutaten und geröstetem Sesam mischen.

4. Brot vierteln und je eine Tasche hineinschneiden. Mit Salat füllen und etwas Soße darübergerben. Evtl. mit Chilipulver garnieren. Rest soße dazu reichen.

Nährwerte: 650kcal/E26g/F39g/KH45g pro Portion

angelegt am: 17.02.2007

Rezept-Nr: 2210

Die Rezept-Datenbank - <http://www.Rezept-Insel.de> - ©2024 M.Hennicke