

Bunter Lachsspieß auf Streifengemüse

- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 20m
- **Zubereitungszeit:** 15m
- **Fertig in** 35m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '35', 'cook_time' : '15m', 'prep_time' : '20m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Mit Tomaten-Chillidipp und Wedge potatos - Das Rezept ist schnell und preiswert umgesetzt

Zutaten

- 600 - 700 g frisches Lachsfilet ohne Haut 1 rote Paprikaschote
- 1 grüne Paprikaschote
- 1 gelbe Paprikaschote
- 2 mittelgroße Zwiebeln
- 1 Stange Frühlingslauch
- Etwas Staudensellerie
- 1 - 2 Knoblauchzehen.
- 8 Stück gleichmäßig große Champignonköpfe
- 100 g magerer Speck in Scheiben geschnitten
- 1 Flasche Tomaten-Chillidipp

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitungen:

Schritt2

Den Lachs in Würfel à 40g schneiden und in Speckscheiben einwickeln.

Schritt3

Das Gemüse waschen und putzen, den Paprika vierteln und in ca.

Schritt4

3 cm große Stücke schneiden. Ebenso die Zwiebeln.

Schritt5

Das Aufstecken des Lachspießes :

Schritt6

Beginnend und endend mit einem Champignonkopf und abwechselnd

Schritt7

mit dem Stücken von Zwiebeln, buntem Paprika und Lachs.

Schritt8

Das Gemüse:

Schritt9

Danach schneide ich den Porrée, den Staudensellerie und alles übrige Gemüse in Streifen, und schwitze es in etwas Butter mit dem fein gewürfelten Knoblauch "al dente" an; salzen, pfeffern.

Schritt10

Die delikaten Lachsspieße in Oel ca, 3 Minuten von jeder Seite braten, Farbe nehmen lassen und in der noch heißen Pfanne weitere

Schritt11

2 Minuten "ausruhen, durchziehen " lassen.

Schritt12

Keinesfall übergaren, denn der Lachs schmeckt dann recht trocken.

Schritt13

Anrichtevorschlag:

Schritt14

Die Lachsspieße auf dem bunten Streifengemüse anrichten und dazu gebackene "Wedge potatos" und einen Tomaten-Chilli Dip reichen.

Rezeptart: Fischgerichte, Fischzubereitungen für den Grill **Zutaten:**Tomaten

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/bunter-lachsspiess-auf-streifengemuese/>