

Seealgen / Seegrassalat mit geröstetem Sesam

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 6-8
- **Vorbereitungszeit:** 5m
- **Zubereitungszeit:** 5m
- **Fertig in** 10m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '10', 'cook_time' : '5m', 'prep_time' : '5m', 'servings' : '6-8', 'yield' : " " });
```

Als Vorspeise oder Beilage zu fernöstlichen Gerichten. Schon probiert? Sie werden überrascht sein!

Zutaten

- 1 kg essbares Seegrass oder Seealgen, (Wakame Algen) vakuumiert
- (Aus ausgesuchten Asia Läden oder dem Internet)
- 2 - 3 El Sesamöl
- 2 El gerösteter Sesamsaat
- 2 El Weinessig
- 1 El Soja Soße
- Etwas gemahlener Chili
- Etwas Zucker und Salz

Zubereitungsart

Schritt1

Die blanchierten Seealgen mit einer Vinaigrette aus Weinessig, 2 El Wasser, Soja Soße, frisch gemahlenem Chili, 1 Prise Salz, Zucker und dem hellbraun, in einer Stielpfanne trocken geröstetem Sesam anmachen und mit Sesamöl vollenden.

Rezeptart: Kalte Fischgerichte, Salatrezepte **Tags:** algen, seealgen, seealgensalat

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/seealgen-seegrassalat-mit-geroestetem-sesam/>