



**Vier
Jahreszeiten
Park**
Oelde

Oelder Lieblings-Rezepte

Heute von Jörg Pott, Geschäftsführer der Pott's Brauerei:

„Hallo Sommer“-Salat mit Lachs

„Gerade bei sommerlichem Wetter ist ein Mango-Spinat Salat mit Fetakäse und Pinienkernen perfekt. Dazu gibt es bei uns Fisch, meistens gebratenen Lachs. Dazu passt ein obergäriges Bier mit schönen Fruchtnoten wunderbar, z.B. Pott's Weizen oder aber das Moonlight IPA aus unserem Brauatelier.“

Zutaten:

500 g Blattspinat frisch	4 Stücke Lachs mit Haut
2 reife Mangos	Salz & Pfeffer, Chili
50 g Pinienkerne	Olivenöl
200 g Feta-Käse	2 EL Butter
Balsamico-Essig	
Parmesan am Stück	
Crema di Balsamico	



für 4 Portionen



ca. 50 min

Zubereitung:

1. Den frischen Blattspinat waschen, putzen und trockenschleudern. Mangos schälen und würfeln. Pinienkerne in einer Pfanne ohne Öl langsam anrösten. Feta-Käse in Würfel schneiden. Alles locker miteinander vermengen und nach Geschmack etwas Balsamico-Essig darüberträufeln.
2. Den Lachs ggf. auftauen lassen. Olivenöl in eine Pfanne geben und den Lachs auf der Hautseite anbraten. Mit Salz, Pfeffer und etwas Chili würzen. Butter dazugeben und die Oberseite des Lachses immer wieder mit dem Bratfett übergießen bis dieser gar ist (ca. 10 min), ggf. im Ofen bei 70°C kurz nachziehen lassen.
2. Den Salat auf einem Teller anrichten und die Crema di Balsamico in Streifen über den Salat geben. Mit dem Sparschäler Parmesan über den Salat hobeln. Ein Lachsfilet darauflegen und mit etwas Bratfett beträufeln.