

Sandwiches mit Lachspaste

Gesamtzeit **15 Min.** 10 Min. Vorbereitungszeit **5 Min.** Kochzeit

Nährwertangaben (pro Portion):
2.096 kJ / 501 kcal

Fett: **32,5 g** Eiweiß: **20,7 g**
Kohlenhydrate: **31 g**

ZUTATEN

2 Portion(en)

150 g	gebackener Lachs
0,5	Limette (für Saft)
0,5	Zitrone (für den Saft)
1 EL	<u>Kikkoman natürlich gebraute salzreduzierte Sojasauce</u>
1 EL	gehackte Petersilie
4 Scheiben	Scheiben Sauerteigbrot
20 g	Rucola
0,25 Bund	grüner Spargel
1 EL	Olivenöl
1 EL	Sesam

ZUBEREITUNG

Schritt 1

150 g gebackener Lachs - **0,5** Limette (für den Saft) - **0,5** Zitrone (für den Saft) - **1 EL** Kikkoman natürlich gebraute salzreduzierte Sojasauce - **1 EL** gehackte Petersilie
Die Haut vom Lachs entfernen. Den Fisch mit einer Gabel zerbröseln und mit Zitronensaft, Kikkoman Sojasauce mit weniger Salz und Petersilie vermischen.

Schritt 2

4 Scheiben Sauerteigbrot - **20 g** Rucola
Lachsmischung auf zwei Brotscheiben verteilen und Rucola darüberstreuen. Mit zwei weiteren Brotscheiben bedecken.

Schritt 3

0,25 Bund grüner Spargel - **1 EL** Olivenöl - **1 EL** Sesam
Den Spargel in Olivenöl anbraten, mit Sesam bestreuen und zu den Sandwiches servieren.