

Kanadisches Wildlachssteak

für 1 Person

Vorbereitungszeit

2 Minuten

Kochzeit

6 Minuten aktiv, 0 Minuten passiv

Menukosten ca.

Chf. 5.70

Nährwert pro Rezept

325 Kcal, 31 g Fett, 0 g KH

Zutaten

150 g Lachssteak

Marinade

2 g Canada (RL Gewürz)

6 g Wasser

1 g Sonnenblumenöl

2

Fisch mit Marinade einreiben
ca. 10 - 30 Min. ziehen lassen
beidseitig 2 -3 Min. anbraten