

# Ananas-Sauerkraut mit gebratenem Lachs

## *Zutaten*

**1 Zwiebel**  
**1 TL milder Curry**  
**3 Stück Nelken (Pfeffer oder Mörsern)**  
**1 EL Butter**  
**800 g Sauerkraut**  
**1 dl Weisswein**  
**1/2 Ananas**  
**4 Lachstranchen mit Haut à ca. 250 g**  
**1 EL Mehl**  
**1/2 TL Salz**  
**Pfeffer**  
**2 EL Rapsöl**

## *Zubereitung*

**1.** Zwiebel in feine Streifen schneiden. Mit Curry und Nelkenpfeffer im Butter dünsten, bis es gut riecht. Sauerkraut 5 Minuten mitdünsten. Mit Wein ablöschen. Sauerkraut bei mittlerer Hitze zugedeckt 45 Minuten garen. Wenn nötig etwas Wasser zugeben.

**2.** Ananas schälen, Augen entfernen, Strunk wegschneiden. Die Hälfte der Ananas in Würfelchen schneiden. Zum Sauerkraut geben und weitere 15 Minuten mitkochen. Restliche Ananas in 5 mm dicke Scheiben schneiden. Lachs mit kaltem Wasser abspülen und trockentupfen. Mehl mit dem Salz und Pfeffer mischen. Fisch und Ananasscheiben im Mehl wenden, gut abklopfen, damit nur eine dünne Mehlschicht haften bleibt. Ananas bei mittlerer Hitze 2 Minuten, Fischtranchen insgesamt ca. 6 Minuten im Öl braten. Sauerkraut mit Salz abschmecken. Ananas in Stücke schneiden, mit dem Fisch auf dem Sauerkraut anrichten.

Alternativ kann der Lachs auf dem Raynogrill gegrillt werden