

Lachs-Filet mit Salzstangen-Kruste, Zucchini-Gemüse

Für zwei Personen

Für den Lachs:

2 Lachsfilets, á 200 g	$\frac{1}{2}$ Paket Salzstangen	1 Zitrone
2 Eier	Sonnenblumenöl	Mehl, Salz, Pfeffer

Für das Gemüse:

1 Zucchini	2 Lauchzwiebeln	150 ml Gemüsefond
150 ml Crème-fraîche	4 Zweige Basilikum	10 Zweige Schnittlauch
1 EL Sonnenblumenöl	Salz	Pfeffer

Für den Dip:

200 g Schmand	30 g Senf	25 g Honig
5 Zweige Dill	$\frac{1}{2}$ TL Salz	Pfeffer

Für die Garnierung:

1 Zitrone	1 Salzstange	2 Zweige Basilikum
-----------	--------------	--------------------

Für den Lachs:

Die Lachsfilets waschen, trockentupfen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Zitrone halbieren, auspressen und den Saft auffangen. Lachs mit Zitronensaft beträufeln. Salzstangen in einer kleinen Küchenmaschine fein zermahlen und eine Panierstraße aus Mehl, verquirlten Eiern und Salzstangen aufbauen. Die Filets erst durch Mehl, dann durch Ei und abschließend durch die Salzstangenbrösel ziehen. Filets in einer heißen Pfanne mit etwas Öl 2-3 Minuten von jeder Seite anbraten. Filets aus der Pfanne nehmen und auf einem Küchentuch abtropfen lassen.

Für das Gemüse:

Zucchini waschen, putzen, längs halbieren und in Scheiben schneiden.

Lauchzwiebeln waschen, putzen und in kleine Ringe schneiden.

Basilikum und Schnittlauch abbrausen, trockenwedeln, Blätter abzupfen und klein schneiden.

Öl in einer Pfanne erhitzen und Lauchzwiebeln und Zucchini darin anbraten. Alles salzen und pfeffern. Mit Fond ablöschen und Crème fraîche einrühren. Circa 4-5 Minuten einköcheln lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Basilikum und Schnittlauch bestreut servieren.

Für den Dip:

Dill abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Schmand, Senf und Honig miteinander vermengen, Salz hinzugeben und mit Pfeffer abschmecken. Abschließend Dill unterrühren.

Für die Garnierung:

Zitrone waschen und ein Stück ausschneiden. Basilikum abbrausen, trockenwedeln und einige Blätter abzupfen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Marly Westermann am 23. Dezember 2021