

Michael Kempf
Lachs mit Rhabarber-Spargel-Gemüse

Freitag, 28. April 2017
Rezept für 4 Personen

Dauer: 40 Minuten
Schwierigkeitsgrad: mittel
Gourmet-Küche

Zutaten

Für die Vanille-Butter-Sauce

1 TL	Senfsaat
2	Schalotten
etwas	Salz
1/2	Vanilleschote
100 ml	trockener Weißwein
100 ml	trockener Wermut
200 ml	Fischfond
1	Lorbeerblatt
80 g	gesalzene Butter
etwas	weißer Pfeffer aus der Mühle

Für das Gemüse

80 g	Rhabarber
3 Stängel	Blattpetersilie
1/2 TL	grüne Pfefferkörner (in Salzlake)
500 g	Spargel
1 EL	Rapsöl
1 EL	Butter
etwas	Salz
1 Spritzer	Zitronensaft
1 Prise	brauner Zucker

Für das Lachsfilet

30 g	Cashewkerne, geröstet und gesalzen
600 g	Lachsfilet mit Haut
1 EL	Mehl
2 EL	Rapsöl
2 EL	Butter
1 Zweig	Thymian
etwas	Meersalz
4 TL	Lachskaviar

Zubereitung

1. Die Senfsaat in einem Topf mit reichlich Wasser weichkochen, dann absieben.
2. Die Schalotten schälen, fein würfeln, kurz in einem Topf mit gesalzenem Wasser blanchieren. Dann auf einem Sieb gut abtropfen lassen.
3. Die Vanilleschote der Länge nach halbieren.

4. Weißwein, Wermut , Fischfond, Lorbeerblatt und halbierte Vanilleschote in einen Topf geben und die Flüssigkeit ca. 2/3 einkochen, anschließend durch ein feines Sieb passieren.
5. Für das Gemüse den Rhabarber waschen, schälen und in schräge dünne Scheiben schneiden.
6. Die Petersilie abbrausen, trocken schütteln, die Blätter abzupfen und in feine Streifen schneiden.
7. Die grünen Pfefferkörner fein hacken oder im Mörser zerstoßen.
8. Spargel waschen, schälen, das trockene Ende abschneiden. Den geschälten Spargel halbieren und der Länge nach vierteln.
9. Cashewkerne grob hacken.
10. Das Fischfilet gut schuppen, anschließend in Portionsstücke teilen. Die Hautseite der Fischstücke leicht mit Mehl bestäuben.
11. Blanchierte Schalotte mit der gekochten Senfsaat zur passierten Reduktion geben. Die Reduktion langsam erhitzen, die Salzbutter in kleinen Stücken langsam einrühren, bis eine sämige Bindung entsteht, die Sauce dabei nicht mehr aufkochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.
12. In einer Pfanne Öl erhitzen und den Spargel darin goldgelb anbraten. Dann Butter, den grünen Pfeffer und die Rhabarberscheiben zugeben und mit Salz, Zitronensaft und braunem Zucker würzen. Kurz durchschwenken, die Pfanne vom Herd ziehen und die Petersilie untermischen.
13. In einer Pfanne das Öl erhitzen und die Fischfilets darin zunächst auf der Hautseite kross anbraten. Dann Butter und Thymian zugeben, die Herdplatte ausschalten und die Lachsstücke auf die Fleischseite wenden. So ca. 5 Minuten ziehen lassen. Dabei immer wieder etwas heiße Butter aus der Pfanne mit einem Esslöffel über die Fischfilets geben. Den Fisch erst nach dem Braten mit Meersalz würzen.
14. Den Spargel auf den vorgewärmten Tellern quadratisch verteilen. Je 1 Lachsfilet mit der Haut nach oben auflegen und die Cashewkerne und den Kaviar darauf geben. Die Sauce um den Spargel angießen und servieren.

Pro Portion: 575 kcal / 2403 kJ

9 g Kohlenhydrate, 35 g Eiweiß, 40 g Fett