

Karlheinz Hauser
Lachscarpaccio mit Garnelen und Sommerkräutern

Dienstag, 11. Juli 2017
Rezept für 4 Personen

Dauer: 40 Minuten
Schwierigkeitsgrad: mittel
Gourmetküche, schnelle Küche

Zutaten:

600 g	Lachsfilet mit Haut
50 g	Meersalz
1 Bund	Basilikum
1/2 Bund	Vogelmiere
1 Bund	Blut-Sauerampfer
1 Bund	Kerbel
1 Bund	Dill
1 Bund	Schnittlauch
1 Zweig	Minze
50 g	Frisee (wenn möglich nur die zartgelben Blätter)
100 g	Sahne
1	Limette
250 g	Sauerrahm
etwas	Salz
etwas	Zucker
etwas	Pfeffer aus der Mühle
1	Zitrone
6 EL	Olivenöl, kalt gepresst
8	Garnelen (Größe 8/12)
2 EL	Olivenöl zum Anbraten
1	Knoblauchzehe
1 Prise	Chilipulver



Zubereitung:

1. Vom Lachsfilet die Haut entfernen und die Gräten ziehen.
2. In einer flachen Schale knapp die Hälfte des Meersalzes verteilen, darauf das Lachsfilet legen. Das restliche Salz darüber streuen und ca. 15 Minuten den Lachs im Salzbett ziehen lassen.
3. In der Zwischenzeit die Kräuter abbrausen, trocken schütteln und die Blätter abzupfen, Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Minzeblätter fein schneiden. Frisee putzen, waschen und gut abtropfen lassen.
4. Für den Rahmschaum die Sahne halbfest aufschlagen. Von der Limette den Saft auspressen. Sauerrahm mit Limettensaft, Salz, Zucker und Pfeffer sehr kräftig abschmecken. Dann die Sahne mit einem Schneebesen unterrühren. Die Masse in eine Sahnesiphonflasche abfüllen.
5. Für die Vinaigrette von der Zitrone den Saft auspressen. Den Zitronensaft mit kalt gepresstem Olivenöl vermischen, mit Zucker, Salz und Pfeffer abschmecken.
6. Lachsfilet aus dem Salzbett heraus nehmen, mit kaltem Wasser abspülen und gut trocken tupfen.
7. Die Garnelen schälen und den Darm entfernen.

8. Den Lachs in dünne Scheiben aufschneiden und die Teller damit kreisförmig auslegen.
9. In einer Pfanne Olivenöl erhitzen. Eine Knoblauchzehe schälen und andrücken und mit den Garnelen in die Pfanne geben. Garnelen anbraten, mit Chilipulver, Salz und Pfeffer würzen.
10. Das Lachscarpaccio auf dem Teller mit etwas Vinaigrette bepinseln.
11. Die Kräuter mit dem Frisee vermengen und der restlichen Vinaigrette marinieren.
12. Den Rahmschaum gut schütteln und etwas auf die Mitte des Lachscarpaccios sprühen. Die Garnelen und den Kräutersalat darum herum anrichten.

Pro Portion: 547 kcal / 2286 kJ

6 g Kohlenhydrate, 38 g Eiweiß, 40 g Fett