

Ofen-Lachs mit Kartoffel-Zucchini-Rösti und Kräuter-Dip

Für zwei Personen

2 Lachsfilet à 150g	150 g festk. Kartoffeln	125 g Zucchini
2 EL Kapern	2 Knoblauchzehe	2 Zitronen
1 Ei	130 g Crème Fraîche	100 g saure Sahne
1 EL Mehl	$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	$\frac{1}{2}$ Bund Schnittlauch
1 Zweig Basilikum	1 Zweig Thymian	5 EL Olivenöl
getr. Chiliflocken	Ingwer, Olivenöl	Balsamicoessenz
Salz, Pfeffer		

Den Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Lachsfilets waschen und trocken tupfen. Eine Auflaufform mit Olivenöl einfetten und den Fisch in die Form legen. Eine Knoblauchzehe abziehen, in Scheiben schneiden und die Lachsfilets damit belegen. Eine Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Anschließend zwei Esslöffel Zitronensaft mit dem restlichen Olivenöl vermischen und über die Filets gießen. Die Kapern ebenfalls über die Filets streuen und diese danach kräftig mit Salz, Chiliflocken und Pfeffer würzen. Anschließend die Lachsfilets für eine halbe Stunde in den Ofen schieben. Die Kartoffeln schälen und grob reiben. Die Zucchini ebenfalls grob raspeln. Anschließend beide Zutaten gut ausdrücken und zur Seite stellen, bis sich die Stärke absetzt. Die Flüssigkeit abgießen. Die Thymianblätter abzupfen und kleinhacken. Das Ei trennen und das Eigelb mit dem Mehl, 30 g Crème Fraîche und den Gemüseraspeln vermischen und kräftig mit Salz, Pfeffer und ein wenig Thymian würzen. Eine Knoblauchzehe abziehen, kleinhacken und ebenfalls zu der Masse geben. Anschließend Öl in einer Pfanne erhitzen, kleine Häufchen der Masse in die Pfanne geben, plattdrücken und von beiden Seiten goldbraun braten. Für den Dip die saure Sahne und die übrige Crème Fraîche vermengen. Die Petersilie, den Basilikum und den Schnittlauch kleinhacken und anschließend je einen Esslöffel der Kräuter zum Dip geben. Etwas Ingwer kleinhacken und ebenfalls zum Dip geben. Abschließend kräftig mit Salz, Pfeffer und Chiliflocken würzen. Die Lachsfilets mit den Kartoffel-Zucchini-Rösti auf zwei Tellern anrichten und mit dem Dip garnieren.

Julia Schlegel am 23. April 2014