

Lachs-Filet, Reis, Champignon-Gorgonzola-Soße, Bohnen

Für zwei Personen

Für Lachs und Sauce:

2 Lachsfilets, mit Haut, à 200 g	1 Zitrone	1 Bund Dill
1 Bund Koriander	Salz	Pfeffer

Für die Sauce:

100 g Champignons	1 Zwiebel	100 g Gorgonzola
100 ml Sahne	Sojasauce	Worcestersauce

Für die Bohnen:

200 g Prinzessbohnen	50 g Speckwürfel	1 Zwiebel
5 g getrocknetes Bohnenkraut	Ketjap Manis	Salz, Pfeffer

Für den Reis:

200 g Reis	2 TL Currypulver	Salz
------------	------------------	------

Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen.

Reis in einem Topf mit Wasser und einer Prise Salz bissfest garen.

Für den Lachs den Fisch waschen und trocken tupfen. Zitrone auspressen. Lachs auf der Hautseite kräftig anbraten mit gehacktem Dill, gehacktem Koriander, Zitronensaft, Pfeffer und Salz abschmecken. Im Ofen 15 Minuten garen.

Für die Sauce Zwiebel abziehen und klein hacken. Zwiebel in einer Pfanne andünsten, Champignons dazugeben. Gorgonzola und Sahne zugeben und mit Soja- und Worcestersauce abschmecken.

Für die Bohnen Bohnen waschen, in kleine Stücke schneiden, kurz in kochendem Wasser garen und kalt abschrecken. Zwiebel abziehen und fein würfeln. Mit Speckstückchen in einer Pfanne anbraten, Bohnenkraut dazugeben und Bohnen mit andünsten. Mit Salz, Pfeffer und Ketjap Manis abschmecken.

Unter den gegarten Reis Currypulver heben.

Lachsfilet mit Curryreis, Champignon-Gorgonzola-Sauce, grünen Bohnen mit Zwiebeln und Speckwürfeln auf Tellern anrichten und servieren.

Hildegard Groenen am 15. Februar 2016