

Lachs-Filet mit Feta-Spinat-Kruste und Zitronen-Risotto

Für zwei Personen

Für den Lachs mit Kruste:

2 Lachsfilets, à 150 g	100 g Blattspinat	1 Zitrone
1 Zehe Knoblauch	5 getr. Öl-Tomaten	2 Scheiben Vollkorntoastbrot
80 g Feta	3 EL Sahne	1 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Für das Zitronen-Risotto:

150 g Risottoreis	1 rote Zwiebel	1 Zehe Knoblauch
1 EL Butter	5 EL Parmesan	550 ml Gemüsefond
50 ml Weißwein	$\frac{1}{2}$ Bund frischer Basilikum	1 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Backofen auf 180 Grad Umluft vorheizen.

Für die Kruste den Blattspinat waschen und in kochendem Wasser kurz blanchieren. Wieder heraus nehmen. Toastbrot toasten oder im Ofen kurz rösten. Spinat, getrocknete Tomaten, Feta und Toastbrot grob hacken und vermengen. Knoblauch häuten und fein hacken. Knoblauch und Sahne dazugeben und alles gut verkneten. Zitrone halbieren und eine Hälfte auspressen. Die andere Hälfte für das Risotto beiseitelegen. Die Masse mit Salz, Pfeffer und einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Lachs waschen, trocken tupfen und salzen. Die Krusten-Masse darauf verteilen. In eine kleine Auflaufform mit etwas Olivenöl geben und im Ofen circa 20 Minuten gratinieren.

Gemüsefond in einem Topf erhitzen. Zwiebel und Knoblauch häuten und fein hacken. Öl und Butter in einem weiteren Topf erhitzen. Zwiebeln und Knoblauch darin andünsten. Risottoreis hinzugeben und kurz mit andünsten. Mit Weißwein ablöschen und köcheln lassen. Nach und nach die warme Gemüsebrühe hinzugeben, circa 20 Minuten köcheln lassen. Parmesan grob reiben und unter das Risotto heben. Risotto mit Salz und Pfeffer würzen. Basilikumblätter von den Stängeln zupfen und grob hacken. Die andere Hälfte der Zitrone auspressen und von der Schale Zesten abreißen. Mit etwas Zitronensaft und -zesten sowie mit Parmesan und Basilikum abschmecken.

Lachsfilet mit Feta-Spinat-Kruste und Zitronen-Risotto auf Tellern anrichten und servieren.

Lisa Bast am 19. Mai 2016