

Lachs-Filet auf Gemüse-Bett mit Karamell-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für das Lachsfilet:

2 Lachsfilets à 200 g	100 g grüner Spargel	100 g Zuckerschotten
100 g Karotten	1 Bund Frühlingszwiebeln	2 Knoblauchzehen
20 ml Weißwein	1 Zitrone	50 g Butter
$\frac{1}{2}$ Bund Dill	Eiswasser	Salz, Pfeffer

Für die Karamellkartoffeln:

150 g Drillinge	50 g Puderzucker	2 EL Butter
-----------------	------------------	-------------

Für das Lachsfilet:

Den Ofen auf 140 Grad Umluft vorheizen.

Grüne Spargelenden abschneiden und in 2cm große Stücke schneiden.

Karotten schälen und in 2cm große Stücke schneiden. Zuckerschoten waschen und putzen. Frühlingszwiebeln putzen und in feine Stücke schneiden. Das vorbereitete Gemüse in einem Topf mit kochendem Salzwasser kurz bissfest kochen. Anschließend in Eiswasser geben.

Lachsfilet waschen und trocken tupfen, Gräten ziehen. Knoblauch schälen und fein hacken. Dill abbrausen, trocken wedeln und fein hacken. Butter mit Dill und Knoblauch in einer Schüssel verrühren. Den Bratschlauch an einem Ende verschließen. Das gekochte Gemüse im Bratschlauch verteilen. Das Lachsfilet mit Salz und Pfeffer würzen die Butter auf dem Lachsfilet verteilen und auf das Gemüsebett legen. Zitrone in Scheiben schneiden und 2 Scheiben in den Bratschlauch legen. Den Weißwein ebenfalls in den Bratschlauch geben und verschließen. Im vorgeheizten Backofen für ca. 17 Minuten garen.

Für die Karamellkartoffeln:

Drillinge waschen und trocken tupfen. In Spalten schneiden und in einem Topf mit Salzwasser ca. 12 Minuten kochen Drillinge abgießen und ausdämpfen lassen. Anschließend eine Pfanne mit Butter aufsetzen und Drillingen zugeben. Puderzucker über die Drillinge geben und karamellisieren lassen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Salvador Becker am 17. Mai 2018