

Lachs mit Avocado-Creme, Meerrettich, Schnittlauch-Öl

Für zwei Personen

Für den Lachs:

300 g Lachs in Tranchen	1-2 EL Gin	1 EL Anis
Einige Wacholderbeeren	Pflanzenöl	20 g Meersalz

Für die Avocado-Creme:

2 reife Avocados	1 Zitrone, 1 EL Saft	Salz
------------------	----------------------	------

Für die Meerrettich-Aioli:

$\frac{1}{2}$ Knoblauchzehe	1 Ei	1 TL Crème-fraîche
1 EL scharfer Meerrettich, aus Glas	100 ml neutrals Öl	Salz

Für das Topping:

3 EL Buchweizen	2 EL gepuffter Quinoa	2 EL Pistazien, ohne Schale
1 TL Butter	1 TL Anis	1 Msp. Aktivkohle

Für das Öl:

90 ml Traubenkernöl	50 g Schnittlauch	10 g glatte Petersilie
---------------------	-------------------	------------------------

Für die Zwiebel:

1 rote Zwiebel	1 Scheibe Ingwer	30 ml Weißweinessig
60 ml Apfelsaft	1 TL Koriandersamen	1 TL braune Senfsamen
1 TL Zucker	$\frac{1}{2}$ TL Salz	

Für die Garnitur:

2 EL Forellenkaviar	frischer Dill	frischer Meerrettich
---------------------	---------------	----------------------

Für den Lachs:

Aus 500 ml Wasser und Salz eine Lake herstellen, den Anis, Wacholder und Gin zugeben und die Lachstücke darin 10-15 Minuten (bis zu 4h Stunden bei mehr Zeit) marinieren. Lachs entnehmen, mit Pflanzenöl bestreichen. Eine Unterlage aus Metall (bspw. ein Backblech) ebenfalls einölen und den Lachs daraufsetzen. Fischstücke mit einem Bunsenbrenner rundherum abflämmen. Lachs mit Fleur de Sel nachwürzen.

Leider ist Lachs momentan nicht bedenkenlos zu genießen, da er stark überfischt ist und weiterhin zu intensiv konsumiert wird. Wenn man dennoch nicht ganz auf Lachs verzichten möchte, sollte man laut WWF MSC-zertifizierten Wildlachs aus Alaska wählen. Dort sind die Bestände sehr gut gemanagt. Und man hilft den Leuten vor Ort, die Natur zu bewahren. Die Fischer setzen sich dafür ein, dass die Ökosysteme intakt bleiben.

Für die Avocado-Creme:

Avocados halbieren und das Fruchtfleisch auslösen. In einem Mixer mit dem Zitronensaft cremig pürieren. Mit Salz abschmecken, durch ein feines Sieb streichen.

Für die Meerrettich-Aioli:

Ei trennen und das Eigelb auffangen. Knoblauch grob hacken, das Eigelb mit dem Öl vermischen. Dazu das Öl langsam in einem dünnen Strahl zum Eigelb gießen und währenddessen mit einem Stabmixer gut verrühren, bis eine Emulsion entstanden ist. Crème fraîche, Meerrettich und Knoblauch zugeben, pürieren und mit Salz abschmecken.

Für das Topping:

Pistazien hacken. Buchweizen, Quinoa und Pistazien mit dem Anis mischen und in einer Pfanne mit etwas Butter rösten. Die Hälfte des Granola mit Aktivkohle färben.

Für das Öl:

Kräuter abrausen und trockenwedeln. Alle Zutaten 5-10 Minuten bei höchster Stufe mixen. Anschließend durch ein feines Sieb passieren und in eine Spritzflasche geben.

Für die Zwiebel:

Zwiebel abziehen, halbieren und in feine Streifen schneiden. Die restlichen Zutaten aufkochen und über die Zwiebel geben. Ziehen lassen.

Für die Garnitur:

Dill hacken, Meerrettich reiben.

Mit einem Esslöffel zwei Nocken Avocado-creme auf einen Teller setzen und glattstreichen. Auf jeden Teller ein Stück Lachs setzen. Die Aioli auf die Teller spritzen, das Topping verteilen. Auf den Lachs etwas Forellenkaviar setzen. Kleine Tupfen von dem Schnittlauch-Öl darum verteilen. Dill und frischen Meerrettich darauf verteilen und servieren.

Kristin Stavermann am 16. März 2022