

Lachs mit Walnuss-Kruste, Risotto, Apfel-Fenchel-Salat

Für zwei Personen

Für das Risotto:

200 g Risottoreis	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone	50 g Parmesan	20 g Butter
50 ml trockener Weißwein	500 ml Gemüsefond	4 Zweige Zitronenthymian
Salz	Pfeffer	

Für den Lachs:

2 Lachsfilets mit Haut	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone
60 g Walnüsse	50 g Parmesan	2 EL weiche Butter
1 Bund krause Petersilie	1 Zweig Salbei	Salz, Pfeffer

Für den Salat:

1 Fenchelknolle	1 Apfel	1 Orange
50 ml Buttermilch	1 TL mittelscharfer Senf	30 ml Apfelessig
4 Zweige Estragon	1 Prise Zucker	Salz, Pfeffer

Für das Risotto: Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Schalotte und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Zitrone heiß abwaschen, trockentupfen und die Schale mit einem Zestenreißer abreiben und Saft auspressen. Schalotten- und Knoblauchwürfel mit der Hälfte der schäumenden Butter in einem Topf glasig anschwitzen.

Risottoreis ungewaschen dazugeben und mit anschwitzen. Mit Weißwein sowie etwas Zitronensaft ablöschen und zusammen mit der abgeriebenen Zitronenschale reduzieren lassen bis die Flüssigkeit aufgesogen ist.

Gemüsefond in einem weiteren Topf aufkochen. Reis mit heißem Gemüsefond aufgießen, so dass dieser gerade bedeckt ist. Zwei Zweige abgezupften Zitronenthymian hinzufügen und alles zusammen bei schwacher Hitze offen köcheln lassen. Wenn der Reis die Flüssigkeit komplett aufgenommen hat, erneut Gemüsefond nachgießen und das Risotto dabei umrühren. So weiterverfahren bis der Reis nach ca. 25 Minuten al dente gegart ist. Topf von der Platte nehmen, Parmesan reiben und zusammen mit der restlichen Butter unterheben und noch ca. eine Minute quellen lassen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit restlichem Zitronenthymian garniert servieren.

Für den Lachs: Lachs abspülen, mit Küchenpapier trockentupfen und auf Gräten kontrollieren. Zitrone heiß abspülen, trockentupfen und die Schale mit einem Zester fein abreiben. Knoblauch abziehen und fein hacken.

Petersilie und Salbei zusammen mit den Walnüssen hacken. Parmesan fein reiben.

Zitronenschale, Knoblauch, Petersilie, Salbei, Walnüsse, Parmesan, Salz und Pfeffer mit der Hälfte der weichen Butter gut vermischen.

Lachsfilet mit der Hautseite nach unten in eine ofenfeste, mit der restlichen Butter ausgestrichene Form legen. Die Kräuter-Nuss-Mischung gleichmäßig auf den Fisch verteilen und mit den Händen leicht andrücken. Die Form in den vorgeheizten Backofen schieben und Fisch ca. 15-18 Minuten backen.

Für den Salat: Fenchel und Apfel schälen und in feine Streifen raspeln. Orange filetieren. Estragon fein hacken. Dressing aus Buttermilch, Senf, Apfelessig und Estragon anrühren, mit Salz, Pfeffer und etwas Zucker abschmecken. Mit dem Salat mischen und restliche Zeit ziehen lassen. Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Carolin Mayr am 29. August 2022