

Fenchel-Risotto mit geblämmtem Lachs, Thymian-Tomaten

Für zwei Personen

Für die Thymian-Tomaten:

800 g Kirschtomaten	1 Knoblauchzehe	4 Zweige Thymian
20 g Tomatenmark	20 g Butter	1 Prise Zucker
Olivenöl	Salz	

Für den Fenchel-Risotto:

200 g Risotto	1 Fenchel	1 kleine Zwiebel
1 Zitrone, davon Abrieb	50 g Crème-fraîche	40 g Parmesan
50 g Butter	100 ml Wermut	800 ml Gemüsefond
2 TL Fenchelsamen	Salz	Pfeffer

Für den geblämmten Lachs:

250 g Lachsfilet ohne Haut	20 ml Ahornsirup	Salz, Pfeffer
----------------------------	------------------	---------------

Für die Thymian-Tomaten:

Den Backofen auf 120 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Tomaten waschen, von der Rispe befreien, und mit einem Messer kreuzweise einritzen. Knoblauch abziehen und zerdrücken. Thymian abbrausen, trockenwedeln und Blätter abzupfen. Olivenöl und Butter in einer Pfanne erhitzen, Tomaten, Knoblauch und Thymian dazu geben.

Bei geschlossenem Deckel auf kleiner Hitze rund 20 Minuten im eigenen Saft schmoren. Mit Salz und Zucker abschmecken. Anschließend den Saft abgießen nochmals mit Thymian und Salz abschmecken und später zum Risotto anrichten.

Für den Fenchel-Risotto:

Gemüsefond in einem Topf zum Sieden bringen. Zwiebel abziehen, Fenchel waschen. Beides fein hacken und Fenchelgrün für die Deko zur Seite legen. In 25 g Butter in einem Topf glasig andünsten. Risotto dazugeben und mit andünsten. Wermut nach und nach angießen und einkochen lassen. Vorgang mit Gemüsefond wiederholen und dabei umrühren, bis die Flüssigkeit komplett aufgesogen ist und der Risotto den gewünschten Garpunkt erreicht hat. Restliche Butter und Crème fraîche einrühren. Parmesan reiben, Zitrone heiß abwaschen und Schale abreiben. Fenchelsamen im Mörser zerreiben. Käse und Zitronenabrieb in Risotto rühren und mit Salz, Pfeffer und Fenchelsamen abschmecken.

Für den geblämmten Lachs:

Lachs abtupfen und ggf. Gräten entfernen. Mit Ahornsirup bepinseln und im Ofen ca. 15 Minuten garen. Kurz vor dem Servieren mit einem Bunsenbrenner flambieren bis der Fisch eine schöne Bräune erhält. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Dietmar Sahli am 30. Januar 2023