

Salade niçoise mit Lachs-Steak und Aioli

Für zwei Personen

Für den Salat:

1 Kopf Römersalat	5 festk. Kartoffeln	100 g grüne Bohnen
1 rote Zwiebel	50 g schwarze Oliven	1 Gurke
1 gelbe Paprika	4 Cherrytomaten	2 Radieschen
1 Stangensellerie	1 Zitrone	2 Eier
5 Anchovis	Salz	Pfeffer

Für das Lachssteak:

2 Lachssteaks à 160 g	1 Zitrone	3 EL Sonnenblumenöl
1 TL Fleur de Sel	Pfeffer	

Für das Dressing:

50 g Kapern	1 Zitrone	40 ml weißer Balsamico
1 EL Dijon-Senf	1 TL Zucker	1 TL Kräuter-der-Provence
3 EL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Aioli:

1 Ei	1 Knoblauchzehe	1 Zitrone
1 TL Dijon-Senf	100 ml Olivenöl	100 ml Sonnenblumenöl
Salz	Pfeffer	

Für den Salat Kartoffeln in einem Topf mit kochendem Wasser garen.

Grüne Bohnen putzen und in einen weiteren Topf mit kochendem Salzwasser geben. Im Selben Topf Eier ca. 10 Minuten kochen.

Für die Aioli Knoblauch abziehen und pressen. Ei trennen und Eigelb mit Knoblauch, Senf, Zitrone, Öl und Olivenöl in einem Mixbehälter zur Mayonnaise hochziehen. Mit Salz und Pfeffer würzen und kalt stellen.

Bohnen, Eier und Kartoffeln abgießen. Bohnen in Eiswasser abschrecken.

Salat verlesen, waschen, trockenschleudern und grob schneiden. Radieschen, Tomaten, Sellerie waschen, schälen und klein schneiden. Zwiebel abziehen und fein hacken. Paprika von Kerngehäuse und Scheidewänden befreien und fein würfeln. Gurke schälen, vom Kerngehäuse befreien und klein schneiden. Tomaten halbieren. Radieschen vierteln und Sellerie fein hacken. Oliven dritteln. Eier pellen und vierteln.

Für das Dressing Senf, Zitronensaft, Essig, Zucker, Salz und Pfeffer verquirlen. Kapern abtropfen, hinzufügen und mit Kräutern der Provence und Olivenöl fertig schlagen. Für den Fisch das Lachssteak waschen, trockentupfen und in einer Pfanne mit Sonnenblumenöl von beiden Seiten ca. 4 Minuten braten. Mit Fleur de Sel, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen.

Gemüse und Salat in einer Schüssel mit einigen Anchovis, Eierspalten, Oliven und Dressing mischen. Lachssteak auf den Salat legen und mit Olivenöl und Fleur de Sel nappieren und Aioli in einem Schälchen daneben servieren.

Stefanie Gaismayer am 08. Juni 2016