

Lachs und Garnelen mit Apfel-Meerrettich-Espuma

Für zwei Personen

Für den Apfel-Marrettich-Espuma:

100 g Apfelmus 100 g scharfer Meerrettich 400 ml Sahne

Für die Black-Tiger-Garnelen:

4 Black Tiger Garnelen Olivenöl Salz
Pfeffer

Für den Pumpernickel-Crunch:

250 g runde Pumpernickel grobe Meersalzflocken

Zur Garnitur:

1 grüner Apfel 100 g Mungobohnensprossen

Für den Apfel-Marrettich-Espuma:

Den Apfelmus, Sahne und Meerrettich miteinander verrühren und in einen Sahnespender füllen. Eine Sahnekapsel aufschrauben und kräftig schütteln. Im Kühlschrank für 20 min. kühlen.

Für den gebratenen Lachs 2 Lachsfilets à 150 g Olivenöl, zum Braten Salz, aus der Mühle Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle .

Lachs abwaschen und trockentupfen. Auf der Hautseite in einer Pfanne mit Öl scharf ca. 2-3 Minuten anbraten. Hitze wegnehmen, Lachs ca. 2 Minuten nachziehen lassen, dafür einen Deckel auf die Pfanne setzen.

Für die Black-Tiger-Garnelen:

Garnelen in der Pfanne mit Olivenöl anbraten und glasig garen. Mit Salz und Pfeffer aus der Mühle würzen.

Für den Pumpernickel-Crunch:

Pumpernickel mit den Fingern krümelig zerkleinern. Die Brösel in einer beschichteten Pfanne ohne Öl vorsichtig rösten, bis diese knusprig sind, etwas abkühlen lassen und mit den Salzflocken nach Belieben würzen **Zur Garnitur:**

Apfel waschen und in feine Scheiben schneiden. Kleine Sterne mit einem Ausstecher ausstechen. Sprossen waschen und abtropfen lassen.

Kai Hantzsch am 02. August 2022