

Confierter Lachs auf Kartoffel-Panachée

Für 4 Personen

400 g Kartoffeln, fest	Salz	1 Salatgurke
1/2 Zitrone	100 g saure Sahne	50 g Joghurt
2 EL Crème-fraîche	20 ml Gemüsebrühe	2 EL Champagner-Essig
150 ml Olivenöl	Zucker	1 Prise Piment d'Espelette
Pfeffer	4 Lachsfilets ohne Haut a 150 g	2 Zweige Thymian
1/2 Bund Dill	2 Zweige glatte Petersilie	1 Bund Ruccola
4 Kirschtomaten	Meersalz	

Die Kartoffeln waschen, schälen und in kleine ca. 5 mm große Würfel schneiden. In Salzwasser die Kartoffelwürfel bissfest kochen, abschütten und auf einem Küchentuch abkühlen lassen. Die Salatgurke schälen, der Länge nach halbieren, entkernen und in 5 mm große Würfel schneiden. Die Gurkenwürfel in eine Schüssel geben, salzen und ca. 30 Minuten ziehen lassen. Von der Zitrone etwas Schale abschneiden und den Saft auspressen. saure Sahne, Joghurt und Crème-fraîche mit der Brühe, Essig, Zitronensaft und 50 ml Olivenöl anrühren. Mit Salz, einer Prise Zucker, Piment d'Espelette und Pfeffer abschmecken. Die Gurkenwürfel abseihen, kurz auf einem Küchentuch trocken tupfen und mit den Kartoffelwürfeln zu der Joghurtmasse geben. Alles ca. 20 Minuten ziehen lassen, dann nochmals abschmecken. Die Lachsfilets entgräten und mit einem Küchencrep fein säuberlich abtupfen und in eine Vakuumiertüte legen. Zitronenschale, ca. 100 ml Olivenöl und Thymian zugeben, die Tüte verschließen und vakuumieren. Die Tüte in einen Thermalisierer (Wasserbad mit Temperaturkontrolle) legen und bei 48 Grad ca. 20 Minuten sanft garen lassen. (Tipp, wer keinen Thermalisierer hat kann die Fischfilets auch in eine Auflaufform geben. Zitronenschale, Thymian und das Olivenöl zugeben und die Schale mit Alufolie abdecken. Im Backofen bei ca. 60 Grad für ca. 25 bis 30 Minuten garen.) Dill und Petersilie abspülen, trocken schütteln, fein hacken und unter das Kartoffelpanachée ziehen. Ruccola waschen und trocken schütteln. Kirschtomaten halbieren. 2-3 Esslöffel Kartoffelpanachées in die Mitte geben. Ruccola und Kirschtomaten darum herum legen. Den Lachs aus der Vakuumiertüte herausnehmen, das überschüssige Olivenöl abtropfen lassen und auf die Kartoffeln setzen. Das Lachsfilet mit Pfeffer und Meersalz würzen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 13. Juli 2010