

Lachs-Filet mit Soße und Salat von der Steckrübe

Für 4 Personen

Für das Lachsfilet: 80 g Meersalz 4 Stücke Lachsfilet, ohne Haut
Speiseöl 2 EL Asia-Würzsauce

Für den Steckrüben-Salat:

300 g Steckrübe 2 Schalotten 2 EL Rapsöl
1 EL Haselnussöl 3 EL Limettensaft Salz, Curry mild
1 Stück Ingwer (ca. 3 g) 1 EL geröstete Cashewkerne 2 Zweige Majoran

Für die Steckrüben:

2 Schalotten 1 Knoblauchzehen 2 EL Butter
1 EL Bauchspeck in Würfel 150 g Steckrübe 1 Stück frischer Ingwer (10 g)
mildes Currypulver 600 ml Gemüsefond Limettensaft
außerdem: 1 Grapefruit

In einem Topf 1 l Wasser aufkochen, 80 g Meersalz einrühren und darin lösen. Auskühlen lassen. Für den Salat die Steckrübe schälen und sehr fein würfeln. Die Schalotten schälen und in sehr feine Würfel schneiden.

In einer Pfanne das Rapsöl erhitzen, die Schalottenwürfel darin weich dünsten. Steckrübenwürfel zugeben und kurz farblos anbraten.

In eine Schüssel geben und mit dem Haselnussöl und etwas Limettensaft marinieren. Mit Salz, Curry und dem Ingwer abschmecken, ziehen lassen.

Lachsfilet gründlich kalt waschen, trocken tupfen und eventuell noch vorhandene Gräten entfernen. Filets in eine flache Schale legen, mit dem Salzwasser übergießen und etwa 8 Minuten ziehen lassen.

Inzwischen für die Emulsion Schalotten und Knoblauch schälen, in feine Scheiben schneiden. Butter in einem Topf erhitzen. Speck, Schalotten und Knoblauchwürfel darin andünsten.

Die Steckrübe schälen. Steckrübe und Ingwer, inklusive Schale fein schneiden und mit anbraten. Curry überstäuben, kurz mit anbraten und mit dem Gemüsefond ablöschen. Den Ansatz um die Hälfte einkochen.

Den Backofen auf 65 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Den Lachs trocken tupfen, auf ein leicht geöltes Backblech setzen und im heißen Ofen etwa 10 Minuten temperieren.

Cashewkerne grob hacken. Bergamotte, bzw. Grapefruit dick schälen, sodass die weiße Haut mit entfernt wird. Filets zwischen den Trennhäuten auslösen. Filets in feine Spalten schneiden, abtropfenden Saft für die Emulsion (Sauce) auffangen.

Die Spalten flach auf einem hitzebeständigen Teller auslegen und nach Belieben mit einem Gourmet-Flambierbrenner oder unter dem heißen Backofengrill kurz bräunen.

Eine Grillpfanne stark aufheizen, den Lachs dann auf einer Seite in der Pfanne kurz angrillen. Mit der Asiasauce bepinseln und unter dem heißen Backofengrill oder in der Pfanne kurz karameolisieren.

Saucenansatz durch ein feines Sieb passieren. Mit Salz und übrigem Zitrusensaft abschmecken

Den Salat nochmals abschmecken, mit Garnierringen auf 4 Teller verteilen. Fruchtfilets auflegen. Majoranblättchen und Cashewkerne aufstreuen.

Den Lachs darauf anrichten. Emulsion nochmals kurz erhitzen, nach Belieben mit einem Stabmixer aufschäumen und angießen.

Michael Kempf am 22. Januar 2019