

Gegrilltes Lachs-Filet mit Spargel und Tomate

Für 2 Personen

2 Lachsfilets a 150 g, mit Haut	1 Bund Schnittlauch	2 Zitronen
8 Stangen Spargel grün	8 Kirschtomaten	0,5 Bund Salbei
1 Zwiebel	0,5 Packung Zwiebelsprossen	50 g Rettich
50 g Gurke	50 ml Sojasoße	100 ml Olivenöl
100 ml Weißwein, trocken	Salz	Pfeffer

Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die holzigen Enden des Spargels abschneiden und die Stangen dritteln. Die Kirschtomaten halbieren, die Zwiebel abziehen und klein schneiden. Den Salbei in feine Streifen schneiden. Mit Olivenöl vermengen, salzen und pfeffern. Aus je einem Meter Aluminiumfolie zwei Taschen formen. Dafür die Folie zweimal falten, so dass vier Lagen entstehen. Ober- und unterhalb der Knickstelle der Länge nach ein Zentimeter einschlagen und fest andrücken. Die Blätter an der freien Seite auseinanderziehen, so dass eine Tasche entsteht. Jede Tasche mit dem Masse aus Spargel, Zwiebel, Tomaten und und je 50 Milliliter Weißwein auffüllen. Die offene Seite umknicken und dicht verschließen. Taschen in den Ofen geben und zehn Minuten garen. Den Lachs zweimal quer bis auf die Haut einschneiden, die Schnittstellen mit Schnittlauch füllen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zitronenschale abreiben und auf der Fleischseite verteilen, mit Olivenöl einstreichen. Eine Pfanne erhitzen und den Lachs vier bis fünf Minuten von beiden Seiten anbraten. Die Gurke und den Rettich schälen und fein reiben. Saft aus einer Zitrone pressen. In einer Schüssel Gurken und Rettichraspeln mit der Sojasoße und dem Zitronensaft und etwas Wasser vermengen. Die Zwiebelsprossen hineinzupfen und alles mit frisch gemahlenem Pfeffer würzen. Den Dip in kleine Schalen füllen. Zusammen mit dem Lachs und den Spargeltaschen auf Tellern anrichten.

Steffen Henssler am 15. Januar 2010