

Lachs-Filet auf Kopfsalat-Erbсен-Soße, Kartoffel-Würfel

Für 2 Personen

2 Lachsfilets	250 g Kartoffeln, fest	0,5 Knoblauchzehe
0,5 Zwiebel	50 g Erbsen, TK	25 g Kopfsalatblätter
1 Lorbeerblatt, klein	1 Chilischote, klein	1 TL Minzblätter
1 EL Korianderkörner	1 EL Fenchelkörner	20 g kalte Butter
1 EL braune Butter	150 ml Gemüsefond	125 ml Geflügelfond
20 ml Olivenöl	1 Muskatnuss	1 Prise Chili mild, gemahlen
1 Prise Majoran	Chilisalز	Salz

Den Backofen auf 100 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Muskatnuss reiben. Die Kartoffeln schälen, waschen und in zentimetergroße Würfel schneiden, anschließend in Brühe mit Lorbeerblatt und Chilischote weich kochen, auf einem Sieb abgießen und auskühlen lassen. Die Kartoffelwürfel dann in einer Pfanne in brauner Butter goldbraun anrösten und mit Chilisalз und Majoran würzen. Die Zwiebel und den Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Salat waschen, trocken schleudern und in dünne Streifen schneiden. Die Zwiebelwürfel in einem Topf bei milder Hitze im Öl glasig anschwitzen. Zwei Drittel der Erbsen hinzufügen, mit dem Gemüsefond und dem Geflügelfond aufgießen, die Hälfte von den Salatstreifen und den Knoblauch hinzufügen. Das Ganze vier Minuten lang knapp unter dem Siedepunkt ziehen lassen. Die Butter dazugeben und pürieren. Mit Salz, Chili und etwas Muskatnuss abschmecken. Den übrigen Kopfsalat mit den übrigen Erbsen und der Minze hinein rühren. Die Koriander- und die Fenchelkörner in einer Pfanne bei mittlerer Hitze ohne Fettzugabe sanft anrösten bis die Gewürze zu duften beginnen. Auskühlen lassen und in einem Mörser zerstoßen. Das Lachsfilet waschen und trocken tupfen. Die Lachsfilets in Öl bei mittlerer Hitze auf jeder Seite etwa eine Minute lang sanft anbraten. Anschließend auf ein mit Olivenöl bestrichenes Backblech setzen und im Backofen zwölf Minuten durchziehen lassen. Anschließend mit Chilisalз und der Fenchel-Koriander-Mischung würzen. Die Lachsfilets mit der Kopfsalat-Erbсенsoße und den gebratenen Kartoffeln auf Tellern anrichten.

Alfons Schuhbeck am 30. April 2010