

Lauwarm gebeizter Lachs mit grünem Spargel-Salat

Für 4 Personen

Lachs:

2 Zweige Estragon	1 Zitrone	2 EL Olivenöl
1 TL Meersalz	1 Prise Zucker	1 Prise Zucker
		440 g Lachs-Mittelstück

Dijon-Senf vinaigrette:

1 EL Dijon-Senf, grob	1 Schuss Weißwein	3 EL Sonnenblumenöl
Zucker	Pfeffer	Salz

Spargelsalat:

8 Stangen Spargel, grün	0,25 Kopf Frisée, fein	1 Schuss Estragonessig
Olivenöl	Salz	

Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Lachs:

Den Lachs in breite Streifen schneiden. Die Zitronen-Schale abreiben. Den Estragon zupfen und fein hacken. Zitronenabrieb mit Estragon, Olivenöl, Salz und Zucker verrühren und auf dem Lachs verteilen. Die Lachsstreifen in Klarsichtfolie wickeln und im vorgeheizten Backofen circa zwölf Minuten glasig beizen.

Dijon-Senf vinaigrette:

Den Dijon-Senf mit Weißwein, Sonnenblumenöl und einer Prise Zucker, Salz und Pfeffer verrühren.

Spargelsalat:

Den Spargel schälen, der Länge nach vierteln und in kochendem Wasser kurz blanchieren. Mit Estragonessig, etwas Olivenöl und Salz marinieren. Den Frisée putzen und hinzugeben. Den Lachs auf Tellern anrichten und mit der Dijon-Senf vinaigrette beträufeln. Den Spargelsalat daneben anrichten.

Alexander Herrmann am 22. Januar 2010