



Lachs im Speckmantel

Zubereitungszeit: 50 Minuten

Schwierigkeitsgrad: Mittel

Zutaten für 4 Personen:

4 Bio Lachsfilets ohne Haut von Escal

8 Scheiben Räucherspeck

10 g Heringskaviar

40 g Butter

1 Teelöffel Meerrettich

30 g Schalotten

25 cl flüssige Sahne

20 cl Fischfond

15 cl trockener Weißwein

30 g Sprossenmischung

2 cl *Extra natives Olivenöl*

5 cl Erdnussöl



Zubereitung:

1. Die Bio-Lachsfilets eine Nacht im Kühlschrank oder eine Stunde im lauwarmen Wasser auftauen lassen. Die Schalotten in dünne Scheiben schneiden und in einem Topf mit dem Weißwein reduzieren. Den Fischfond hinzugeben und bei mittlerer Hitze 15 Minuten kochen. Die Mischung durch ein Spitzsieb passieren, die Sahne hinzugeben und 4 Minuten bei schwacher Hitze einkochen.
2. Mit Hilfe eines Schneebesens oder Mixers nach und nach 10 g Butter hinzugeben, den Topf vom Herd nehmen und den Meerrettich dazugeben. Alles gut durchmischen. Die Meerrettichsoße Beiseite stellen, dabei jedoch warm halten.
3. Den Ofen auf 180° C (Thermostat 6) vorheizen. Die Lachsfilets mit Salz und Pfeffer würzen und mit dem Räucherspeck umwickeln.
4. Den Lachs zusammen mit dem Erdnussöl und 10 g Butter bei mittlerer Hitze in eine heiße, antihafbeschichtete Pfanne geben. Die Filets 3 Minuten auf jeder Seite anbraten. Den Fisch anschließend noch 2 bis 3 Minuten in den Ofen geben, je nachdem, welchen Garzustand Sie wünschen.
5. Den Lachs in tiefen, vorgewärmten Tellern anrichten und jedes Steak mit einem kleinen Löffel Heringskaviar garnieren. Abschließend noch die leicht aufgeschäumte Soße und etwas von den mit Olivenöl angemachten Sprossen dazugeben.