



Lachs an Kraeuter- vinaigrette

Saftiges, in mit Knoblauch und Rauchpaprika aromatisiertem Olivenoel konfiertes Lachs-Filet an einer feinen Kraeuter-Vinaigrette; für 4 Personen.

Autor: Dirk Staudenmaier; von mir von Seewolf zu Lachs umgewandelt, mit seinem „Segen“.

Pfanne:

800 g Filet vom Lachs
2 cl Single Malt Whisky
Meersalz
Tellicherry-Pfeffer, frisch gemahlen
200 ml Olivenoel, kalt gepresst
4-5 Zehen Knoblauch, in feine Scheiben geschnitten
2 TL milder Rauchpaprika
1 Msp. scharfer Rauchpaprika

Vinaigrette:

1 gestr. EL Dijon-Senf
1 EL Weisswein-Essig
1-2 EL Olivenoel, kalt gepresst
2 EL Traubenkernoel
etwas Zitronensaft
Meersalz
Tellicherry-Pfeffer, frisch gemahlen
2 TL frische Kraeuter, fein gehackt (glatte Petersilie, Kerbel, Estragon, Basilikum)

Fisch gruendlich abspuelen und trockentupfen. In 8 gleich grosse Stuecke zerteilen, mit Whisky einpinseln, salzen und pfeffern. Ca. 30 min. marinieren, dabei gelegentlich wenden.

In der Zwischenzeit in einer schweren Pfanne das Olivenoel bei milder Hitze etwa 10 min. mit dem Knoblauch aromatisieren. Der Knoblauch darf nicht zu sehr braeunen, da er sonst ein bitteres Aroma hinterlaesst. Danach den Knoblauch restlos aus dem Oel entfernen und den Rauchpaprika unterruehren.

Jetzt bleibt noch Zeit, die Vinaigrette herzustellen. Dazu Senf und Essig verruehren, dann unter kraeftigen Schlagen mit einem Schneebesen das Oel zuerst tropfenweise, erst wenn die entstehende Emulsion langsam bindet und dickfluessiger wird, dann in duennem Strahl zugeben. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und die Kraeuter unterruehren.

Das aromatisierte Oel auf milde Hitze bringen und darin die Fischfilets sanft gar ziehen lassen (tritt viel weissliches Albumin [Fischeiweiss] aus dem Fleisch aus, ist die Hitze zu hoch). Dabei den Fisch immer wieder mit dem warmen Oel uebergiessen.

Der Fisch gart nun von unten nach oben. Sobald er etwa bis zur Mitte gar gezogen ist (kann man gut beobachten: das Fischfleisch verliert beim Garwerden seine Glasigkeit und wird weisslicher), die Filetstuecke wenden. Herd ausschalten und den Fisch mit der verbleibenden Resthitze vollends gar ziehen lassen, dabei weiter mit dem warmen Oel uebergiessen. Wenn es fertig ist, darf das Filet im Kern gerne noch ganz leicht glasig sein.

In vorgewaermten Tellern servieren und mit der nochmals kurz aufgeschlagenen Vinaigrette nappieren.

Dazu passt gut ein frischer Salat und ein trocken-fruchtiger, mineralischer Weisswein.