

Lachs mit Weinschaum-Sauerampfer-Sauce, Spargel und jungen Kartoffeln

von Alexandra Damm aus Gundersheim

Für die Weinschaumsauce die Fischkarkassen zerkleinern und mehrere Stunden wässern, das Wasser zwischendurch mehrmals wechseln. Die Karkassen herausnehmen und gut abtropfen lassen. Das Suppengemüse putzen und schälen bzw. waschen. Die Zwiebeln schälen. Alles in grobe Stücke schneiden. In einem Topf 2 EL Butter erhitzen und die Karkassen mit dem Suppengemüse darin andünsten. Mit 100 ml Weißwein ablöschen und 3/4 l Wasser angießen. Aufkochen und den aufsteigenden Schaum mit dem Schaumlöffel entfernen. Etwas Salz, das Lorbeerblatt, die Pfeffer- und Pimentkörner hinzufügen und den Fond bei schwacher Hitze 1 Stunde köcheln lassen. Den Fond durch ein feines Tuch passieren und auf 300 ml einkochen (ersatzweise 300 ml Fischfond aus dem Glas verwenden).

Die Schalotten schälen, in feine Würfel schneiden und in der restlichen Butter andünsten. Das Mehl dazugeben und kurz anschwitzen. Mit dem Fischfond ablöschen und unter Rühren aufkochen lassen. Die Sahne dazugeben und die Sauce warm halten. Inzwischen die Kartoffeln mit der Schale gründlich waschen und in Salzwasser etwa 15 Minuten fast gar kochen. Die Kartoffeln angießen. Den Rosmarin waschen, trocken tupfen und die Nadeln abstreifen. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln mit dem Rosmarin darin bei mittlerer Hitze unter Schwenken leicht anbräunen.

Für den Lachs den Backofen auf 100°C vorheizen. Die Fischfilets waschen und trocken tupfen. Das Butterschmalz in einer ofenfesten Pfanne erhitzen und die Filets darin auf der Hautseite goldbraun anbraten. Die Pfanne vom Herd nehmen, den Lachs mit Salz und Pfeffer würzen, vorsichtig wenden. Die Pfanne mit Alufolie abdecken und den Fisch im Ofen auf der mittleren Schiene etwa 10 Minuten fertig garen.

Inzwischen für den Spargel den grünen Spargel waschen, im unteren Drittel schälen und die Holzigen Enden abschneiden. In einem großen Topf reichlich Wasser mit je 1 TL Salz und Zucker aufkochen. Den Spargel in leicht siedenden Wasser etwa 10 Minuten bissfest garen. Den restlichen Wein zur Weinsauce geben und die Sauce mit Salz, Pfeffer und je 1 Prise Piment und Muskatnuss würzen. Mit dem Stabmixer aufschäumen und den Sauerampfer vorsichtig unterheben. Den Spargel mit dem Schaumlöffel herausnehmen und abtropfen lassen. Mit dem Lachs und den jungen Kartoffeln auf Teller verteilen. Die Weinschaum-Sauerampfer-Sauce dazu servieren.

© Verlag Zabert-Sandmann/Andrea Kramp & Bernd Gölling



Zutaten für 4 Personen:

Für die Weinschaumsauce:

ca. 400 g Fischkarkassen,
1 Bund Suppengemüse, 1 Zwiebel, 3 EL Butter,
150 ml trockener Weißwein, Salz,
1 Lorbeerblatt, 1/2 TL schwarze Pfefferkörner,
1/2 TL Pimentkörner, 2 Schalotten, 1 EL Mehl,
100 g Sahne, Pfeffer aus der Mühle,
frisch gemahlener Piment,
frisch geriebene Muskatnuss,
1 EL Sauerampfer (in feinen Streifen)

Für die Kartoffeln:

400 g junge kleine Kartoffeln, Salz,
2 Zweige Rosmarin, 1 EL Butter

Für den Lachs:

4 Lachsfilets (à 150 g; mit Haut),
1 EL Butterschmalz, Salz,
Pfeffer aus der Mühle

Für den Spargel:

1 kg grüner Spargel, Salz, Zucker



Das Rezept stammt aus
„Lecker aufs Land“
eine kulinarische Reise
ISBN 978-3-89883-367-7
Verlag Zabert-Sandmann, München,
€ 19,95 (D), € 20,60 (A), sFR 28,50