


Lichters: Lachsfilet auf Rahm-Porree mit Petersilien-Kartoffeln

 [happy-mahlzeit.com/tv-rezepte-archiv/lafer-lichter-lecker/lichters-lachsfilet-auf-rahm-porree-petersilien-kartoffeln](https://www.happy-mahlzeit.com/tv-rezepte-archiv/lafer-lichter-lecker/lichters-lachsfilet-auf-rahm-porree-petersilien-kartoffeln)

Zutaten für 4 Personen:

Für die Petersilien-Kartoffeln

- 400 g festkochende Kartoffeln
- 1/2 Bund Petersilie
- Salz

Für den Rahmporree

- 2 Stangen Porree
- 1 Knoblauchzehe
- 20 g Butter
- 100 ml Gemüsefond
- 150 ml Sahne
- Salz
- Pfeffer aus der Mühle

Für den Lachs

- 4 Lachsfilets ohne Haut à 200 g
- 2 EL Olivenöl
- 30 g Butter
- 4 Zweige Dill

Zubereitung:

Die Kartoffeln waschen, schälen, vierteln, knapp mit Wasser bedeckt und leicht gesalzen weich garen. Anschließend abgießen und ausdämpfen lassen. Die Petersilie klein hacken und unter die Kartoffeln schwenken.

Den Porree putzen, waschen und in Ringe schneiden. Den Knoblauch schälen und klein hacken. Butter in einer großen Pfanne erhitzen und den Porree mit dem Knoblauch darin anbraten. Mit Gemüsefond und Sahne aufgießen, salzen und pfeffern. Bei milder Hitze weichgaren.

Die Lachsfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne in heißem Olivenöl von beiden Seiten anbraten. Butter zugeben, die Lachsfilets damit regelmäßig beträufeln und bei milder Hitze garziehen lassen. Den Dill fein hacken und in die Butter geben.

Zum Anrichten den Porree mit der Sahnesauce auf Tellern anrichten. Die Kartoffeln danebenlegen und je ein Lachsfilet darauf geben. Mit der restlichen Dillbutter beträufeln.

Rezept: Horst Lichter

Prominenter Gast: Hans Werner Olm

Quelle: ZDF-Lafer!Lichter!Lecker! vom 9.2.2013