



**| Kerner's Köche – Menü am 20.05.2017 „Meine Heimat“ |  
mit Sarah Wiener, Alexander Herrmann, Christian Lohse, Alfons Schuhbeck**



**Vorspeise: Sarah Wiener**

**Gebratener Alpenlachs mit Gemüsebandnudeln und  
pannonischem Safran**

**Zutaten für vier Personen**

- Für den Lachs:** Das Filet in acht Stücke teilen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Hautseite mehlieren und überschüssiges Mehl gut abklopfen.  
400 g Alpenlachsfilet (Seesaibling) ohne Gräten, mit Haut geschuppt  
3 EL Mehl  
Unbehandeltes Salz  
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
Rapsöl zum Braten
- Das Öl in die Pfanne geben und den Fisch mit der Hautseite nach unten in die kalte Pfanne legen. So zieht sich der Fisch nicht zusammen und die Haut wird schön knusprig. Den Alpenlachs auf mittlerer Temperatur nur auf der Hautseite braten, den Fisch nicht wenden. Ist nur noch die Oberfläche etwas glasig, den Fisch kurz wenden.
- Für die Gemüsebandnudeln:** Das Gemüse putzen, waschen und mit Hilfe eines Sparschälers in lange Streifen schneiden. Den Lauch halbieren und mit einem Messer ebenfalls in lange Streifen schneiden. Die Butter in einer breiten Pfanne zerlassen, Gemüse und Wein dazugeben und etwa 3-5 Minuten abgedeckt bissfest garen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.  
2 lange Karotten (rot & orange)  
2 lange Pastinaken  
2 Stangen Lauch  
¼ Knollensellerie  
2 EL Butter  
6 EL Weißwein  
Unbehandeltes Salz  
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle  
Frisch geriebene Muskatnuss
- Für die Soße:** Die Schalotten pellen und fein würfeln und in der Butter anschwitzen. Die Brühe und den Safran dazu geben.  
2 Schalotten  
2 EL Butter  
Die Flüssigkeit um die Hälfte einkochen und anschließend die Sahne dazugeben. Mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.  
4 Fäden pannonischer Safran (im Mörser zerkleinert)  
Die Soße auf den Tellern verteilen. Die Gemüsebandnudeln mit Hilfe einer Fleischgabel etwas aufrollen und in der Mitte der Soße anrichten. Jeweils zwei Fischstücke mit der Haut nach oben neben das Gemüse setzen und sofort servieren.  
100 ml kräftige Fischbrühe  
50 ml Sahne  
Einige Spritzer Zitrone  
Unbehandeltes Salz  
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle