

▪ Die Küchenschlacht – Menü am 02. September 2024 ▪
Leibgerichte mit Zora Klipp



Matthias Kalthoff

Lachs mit Strudelhaube, Basmati und Gurkensalat

Zutaten für zwei Personen

Für die Haube:

1 Packung Strudelteig, ca. 120 g
1 Zitrone, Abrieb
½ Bund Dill
3 EL Olivenöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Backofen auf 190 Grad Umluft vorheizen.

Den Strudelteig in ca. 5 mm dicke Streifen schneiden, auflockern und in eine Schüssel geben. Dill fein schneiden und mit dem Öl unter die Strudelteigstreifen mischen. Zitronenschale reiben und Abrieb dazugeben. Vermischen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Für den Lachs:

600 g Lachsfilet, ohne Haut
½ Bund Dill
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Lachs von Gräten befreien, mit Salz und Pfeffer würzen und auf ein Backblech mit Backpapier legen. Strudelteig darauf verteilen und ca. 20 Minuten bis zu einer Kerntemperatur von 52 Grad in der Mitte des Ofens garen. Herausnehmen, Dill grob schneiden und darüber streuen. Fisch sollte bis 58 Grad in 5 Minuten Ruhezeit nachziehen.

Für den Reis:

100 g Basmati-Reis
1 EL Butter
200 ml dunkler Hühnerfond
¼ TL Salz
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Hühnerfond in einem Topf mit Reis aufkochen. Hitze auf Minimum reduzieren und mit einem Deckel 12-15 Minuten ziehen lassen. Rühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken. Zum Verfeinern eine Flocke Butter unter den Reis geben.

Für den Gurkensalat:

1 Salatgurke
1 Zitrone, Saft & Abrieb
2 EL Naturjoghurt
2 TL Apfelessig
1 EL Zitronenöl
1 TL flüssiger Honig
¼ Bund Dill
¼ TL Zucker
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Gurke in dünne Scheiben schneiden. Einige Gurkenscheiben beiseite legen. Restliche Scheiben mit Salz und Zucker in einem Sieb auswässern lassen, anschließend ausdrücken.

Dill fein hacken. Zitronenschale einer halben Zitrone abreiben, anschließend auspressen. Aus Zitronenöl, Apfelessig, Joghurt, Dill und Zitronensaft und -abrieb ein Dressing anrühren. Mit Salz, Pfeffer und Honig abschmecken. Das Dressing mit den Gurken vermengen.

Beiseite gelegte Gurkenscheiben überlappend hinlegen und zu einer Rose als Garnitur aufwickeln.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Sollten Sie **Lachs** verarbeiten wollen, dann greifen Sie auf pazifischen Lachs zurück. Laut WWF sind Fische aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand August 2024):

- 1. Wahl (pazifischer Lachs): Nordostpazifik FAO 67: Alaska, Wildfang (alle Fangmethoden)
- 1. Wahl (pazifischer Lachs): Nordostpazifik FAO 67: Kanada, Buckellachs (*Oncorhynchus gorboscha*), Ketalachs (*Oncorhynchus keta*): Umschließungsnetze (Ringwaden), Haken und Langleinen (Schleppangeln)