



Marko Dietrich

Sesam-Lachs mit gebratenem Lauch und Orangen-Hollandaise

Zutaten für zwei Personen

Für den Lachs:

2 Lachsfilets mit Haut à 150 g
50 g kalte Butter
25 g schwarzer Sesam
100 ml Sojasauce
200 ml dunkler Balsamico
1 EL Speisestärke
Neutrales Pflanzenöl, zum Braten

Die Haut vom Lachs entfernen und bei Bedarf Gräten herausziehen. Haut beiseitelegen. Lachs in einer Pfanne mit Öl von beiden Seiten scharf anbraten. Balsamico in einem kleinen Topf aufkochen, bis eine dickflüssige Konsistenz entsteht. Mit Sojasauce abschmecken und mit kalter Butter aufmontieren. Sesam in einer Pfanne ohne Öl rösten. Lachs erst in den Sud geben und dann im Sesam wälzen. Fischhaut zwischen Backpapier legen und in einer Pfanne mit einem Topf beschweren und zum Chip ausbacken/braten.



Sollten Sie **Lachs** verarbeiten wollen, dann greifen Sie auf pazifischen und atlantischen Lachs zurück. Laut WWF sind Fische aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand Oktober 2022):

- 1. Wahl (pazifischer Lachs): Nordostpazifik FAO 67: Alaska (Wildfang)
- 1. Wahl (atlantischer Lachs): ASC Label (Aquakultur) und BIO (Aquakultur)

Für den gebratenen Lauch:

2 Stangen Lauch/Porree
Neutrales Öl, zum Braten

Lauch putzen und in ca. 4 cm lange Stücke schneiden. In einer Pfanne mit einem Schuss Wasser und bei geschlossenem Deckel dünsten. Wenn der Lauch weich ist, Wasser abgießen und mit etwas Öl an den Schnittflächen dunkel anbraten.

Für die Orangen-Hollandaise:

1 Orange
1 Zitrone
3 Eier
100 g Butter
1 TL Speisestärke
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle

Eier trennen. Eiweiß anderweitig verwenden. Eigelb in einem Wasserbad mit Salz und Zucker auf kleiner Hitze schaumig schlagen. Butter in einem Topf schmelzen. Butter unter ständigem Rühren in das schaumige Eigelb geben. Orange und Zitrone heiß abwaschen. Orangenschale abreiben und Saft auspressen. Zitrone halbieren und Saft einer Hälfte auspressen. Sauce mit Orangensaft und Abrieb würzen und mit Zitronensaft verfeinern.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.