

## **Rezept des Monats**

### **März 2009**

#### **Lachsfilet mit grünem Spargel und Kartoffelgratin**

für 4 Personen

800 gr. Lachsfilet, in 4 Streifen geschnitten

1 kg grüner Spargel

800 gr. festkochende Kartoffeln, geschält und in Scheiben geschnitten,

0,2 l Fischfond

250 gr. Sahne, 200 gr. Creme fraiche

Saft von 1 Zitrone, 1 EL Weißweinessig

je 2 EL gehackte frische Petersilie, Basilikum, Minze, evtl. Kerbel

Pfeffer, Salz, Zucker, Muskatnuss, etw. Mehl

Den Spargel putzen und in ca. 8-10 min. in Salzwasser bissfest kochen.

Etwas vom Kochsud aufheben. Die Enden der Spargelstangen (ca. 1/3)

abschneiden. Die Spitzen in ca. 4 cm lange Stücke schneiden.

Aus dem Zitronensaft, dem Essig, 3 EL Spargelsud, Salz, Pfeffer, reichlich

Zucker und den Kräutern eine Vinaigrette mischen, die Spargelstücke

(ohne die Enden) darin marinieren.

Die Kartoffeln in einer feuerfesten Form schichten, Sahne mit Salz, Pfeffer

und Muskat würzen, angießen und ca. 40 min bei 180° im Ofen garen.

Die Spargelenden zusammen mit der Creme fraiche pürieren. Den

Fischfond bis auf 3-4 EL einkochen, die Spargelmischung einrühren und

mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Lachsstücke auf der Fleischseite salzen und leicht mehlieren, in Öl auf

der Mehlseite kurz stark anbraten und dann auf der Hautseite fertigbraten.

Den Spargelsalat und das Kartoffelgratin auf großen Tellern anrichten, 2-3

EL Spargelsauce daneben geben und den Lachs darauf geben.

- Tipp:
- man kann den Spargel natürlich auch nicht mariniert, sondern warm mit Butter als Gemüse dazu geben
  - der Spargelsalat eignet sich auch solo super als Vorspeise, dann mit ein paar Scheiben Räucherlachs und Baguette servieren!