

# Kochen mit Klaus

## Gebratener Lachs auf Lauchrisotto

**Zutaten: (Für 2-3 Personen)**

- 300 g norweg. Lachsfilet, 400 g Lauch, 1 Zwiebel, 2 Knobizehen, Salz
- Pfeffer, Zitronensaft, 2 Möhren, Muskat, 300 ml Gemüsebrühe, Mehl,
- Butter, 150 g Risotto-Reis, 100 ml Weißwein, 50 ml geschlag. Sahne
- 50 g geriebener Parmesan, je 1 EL TK-Dill & Petersilie

**Zubereitung:**

1. Fisch halbieren, die Fleischseite mit Zitronensaft beträufeln, salzen u. pfeffern. Zwiebel u. Knobi fein würfeln. Möhren schälen u. klein würfeln. Lauch waschen u. in Ringe schneiden.



2. Zwiebeln in heißer Butter glasig dünsten. Möhren, Lauch, Knobi u. Reis einige Min. mitbraten. Mit Wein ablöschen, salzen, pfeffern u. dann nach u. nach mit Brühe aufgießen, köcheln bis der Reis gar ist.



3. In der Zwischenzeit den Lachs mehlieren u. auf den Fleischseiten bei mittlerer Hitze anbraten. Auf der Hautseite fertig garen. Parmesan unter das Risotto heben, mit Sahne u. Muskat abschmecken. Kräuter unterheben. Lachs auf dem Lauchrisotto anrichten.



**Tipp des Chaoten: Mit Petersilie garniert servieren!**

