

Kochen mit Klaus

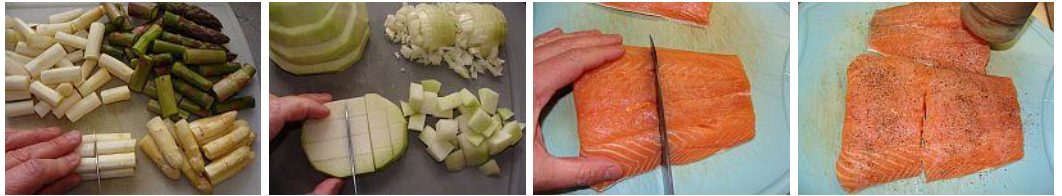
Lachs mit Spargel-Kohlrabigemüse

Zutaten: (Für 3-4 Personen)

- 3-4 Lachsfilets mit Haut (à 150 g), 250 grüner, 500 g weißer Spargel,
- 400 g Kohlrabi, Salz, Zitronensaft, Zucker, 1 Zwiebel, Butter, Pfeffer,
- 150 g Bergkäse, 250 ml Cremefine, 1 helle Sauce, Muskat, Petersilie

Zubereitung:

1. Weißen Spargel ganz, grünen im unteren Drittel schälen, Enden abschneiden u. Spargel in Stücke schneiden. Zwiebel klein würfeln. Kohlrabi schälen u. in kleine Würfel schneiden. Lachs mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern u. rundum mehlieren.



2. Spargelstücke ohne Köpfe mit Salz, Zitronensaft u. Zucker 8 Min. im Dampfgarer kochen. Spitzen u. Kohlrabi zugeben u. noch 10 Min. weiter kochen.

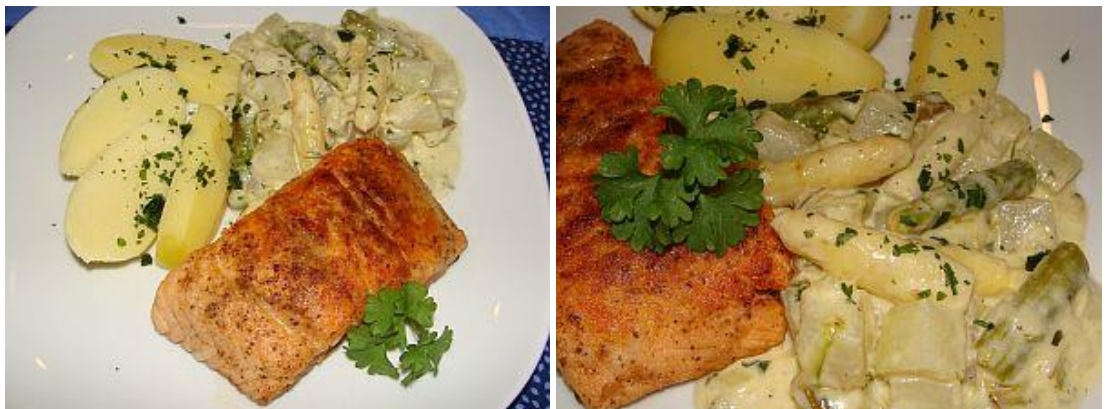


3. Zwiebeln in Butter glasig dünsten. Gemüse mitdünsten, Cremefine u. helle Sauce einrühren, aufkochen. Käse in der Sauce schmelzen. Mit Salz, Pfeffer u. Muskat würzen u. Petersilie einrühren.



4. Lachs in Butter auf der Hautseite 5 Min. anbraten, wenden u. 3-4 Min. weiter braten. Wieder auf die Hautseite drehen u. kurz weiter braten. Lachs mit Spargel-Kohlrabigemüse zur Beilage reichen.

Tipp des Chaoten: Dazu Salzkartoffeln reichen.



Erstellt von Klaus am 15.05.2019