

Kochen mit Klaus

Spargel zu Lachs mit Orangen-Hollandaise

Zutaten: (Für 3 Personen)

- 450 g Lachsfilet mit Haut, 2 Orangen, 500 g weißer Spargel, Zucker,
- Salz, Zitronensaft, Butter, 1 Lauchzwiebel, 1 Pck. Hollandaise light,
- 1-2 EL helle Sauce, 50 ml Weißwein, Petersilie, Pfeffer,
- 1 Pck. Orangenschale

Zubereitung:

1. Orangen mit weißer Haut schälen u. filetieren (Saft dabei auffangen u. Trennwände auspressen). Filets klein schneiden. Lachs waschen, trocknen, teilen, mit Zitronensaft beträufeln, salzen, pfeffern u. in Mehl wenden. Lauchzwiebelweiß klein, Lauchgrün in Ringe schneiden. Spargel schälen, die Enden abschneiden u. mit Salz, Zucker u. Zitronensaft bestreut im Dampfgarer ca. 25 Min. zubereiten.



2. Zwiebeln in Butter anbraten. Hollandaise mit Orangensaft einrühren u. erhitzen. Helle Sauce u. Wein einrühren. Mit Orangenschale, Salz, Pfeffer u. Zucker abschmecken. Petersilie u. Orange einrühren.



3. Lachs mit der Hautseite zuerst ca. 5 Min. in heißer Butter knusprig braten, wenden u. Oberseite nochmal 3 Min. braten. Lachs mit Spargel u. der Sauce zur Beilage auf Tellern anrichten.



Tipp des Chaoten: Dazu Salzkartoffeln reichen.



Erstellt von Klaus am 22.04.2018