

## Lachs mit Blumenkohl-Püree und Rosenkohl

### Zutaten (für 4 Personen):

- 400 g Lachsfilet
- 2 Rote Bete
- 100 ml roter Glühwein
- 1/2 Blumenkohl
- 1 Schalotte
- 5 g frischer Ingwer
- 5 g frischer Knoblauch
- 200 ml Sahne
- 100 ml Hühnerfond
- 100 ml weißer Glühwein
- 300 g Rosenkohl
- 100 g vorgekochte Maronen
- Butterschmalz

Mit Handschuhen die Rote Bete klein schneiden und mit dem portionierten Lachs und dem roten Glühwein in einen Zipperbeutel geben. Die Luft aus dem Beutel drücken und diesen verschließen. Am besten den Beutel einen Tag ruhen lassen, damit der Lachs die Farbe der Roten Bete annimmt.

Den Beutel mit dem Lachs am nächsten Tag für 30 Minuten in ein circa 60 Grad warmes Wasserbad geben. Wichtig ist, dass der Beutel ganz mit dem Wasser bedeckt ist. Die Röschen vom Blumenkohl abschneiden und in eine Pfanne geben. Bei mittlerer Temperatur mit 1 EL Butterschmalz sanft anschwitzen.

Den Rosenkohl putzen und achteln und in einer zweiten Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anschwitzen. Die Maronen klein schneiden und zum Rosenkohl geben.

Eine Schalotte würfeln und gemeinsam mit Ingwer und Knoblauch in einer dritten Pfanne mit 1 EL Butterschmalz anbraten. Wenn die Zwiebeln Farbe bekommen, die Pfanne mit weißem Glühwein ablöschen. Den Hühnerfond dazugeben und auf die Hälfte reduzieren lassen. Anschließend Sahne hinzufügen, einmal aufkochen lassen und die gesamte Pfanne zum Blumenkohl geben. Den Blumenkohl köcheln lassen, bis er weich ist. Anschließend alles in einen Mixer geben oder mit einem Stab pürieren.

Den Lachs aus dem Beutel entnehmen. Den nun leicht roten Fisch von beiden Seiten in einer Pfanne mit 1 TL Butterschmalz anbraten. Anschließend durchschneiden, um zu prüfen, ob der Lachs außen rot und innen orange ist. Dann Lachs mit dem Blumenkohl-Püree und dem Maronen-Rosenkohl anrichten.

Guten Appetit!

Sendung/Quelle: Hamburg Journal

Letzter Sendetermin: 20.12.2018

Koch/Köchin: Dave Hänsel

Weitere Rezepte und Tipps auf: [www.ndr.de/kochen](http://www.ndr.de/kochen)