

Geräucherter Lachs mit Blattsalat

(für 4 Personen):

- 500 g Lachsfilet
- 1 Tasse Räuchermehl
- 1 EL Butter
- 1 Prise flockiges Meersalz
- 1 Prise Pfeffer

Ein Bratentopf mit Deckel und Dämpfeinsatz ist die Grundlage für das Räuchern auf dem Herd. Das Räuchermehl auf dem Topfboden verteilen und den Einsatz darüberstellen. Den geschlossenen Räuchertopf auf die Herdplatte stellen und erhitzen.

Das Lachsfilet säubern und von jeder Seite 30 Sekunden in Butter braten. Sobald das Mehl anfängt zu qualmen, die Hitze um die Hälfte reduzieren. Die angebratenen Filets auf die Einlage legen und den Topf gut verschließen. Das Räuchern dauert etwa 10-15 Minuten. Je nach Geschmack kann man das Lachsfilet auch früher herausholen. Dann hat es nur einen leichten Rauchgeschmack und ist innen noch etwas roh.

Zutaten für den Salat:

- 3 Köpfe grüner (z.B. Rucola, Römer, Feldsalat) Salat
- 1 Chicorée
- 1 Radicchio
- 2 Scheiben Toastbrot
- 1 EL Butter
- 2 (Bio-) Orangen
- 0.5 Granatapfel
- 1 EL Honig
- 1 EL Balsamico
- 1 EL Sherry-Essig
- 1 EL Apfel-Balsamessig
- 3 EL Olivenöl
- Salz

Die Schale von 1 unbehandelten Orange mit einer Reibe abreiben und den Saft von 2 Früchten ausdrücken. Toastscheiben in Würfel schneiden und in Butter knusprig braten. Die Granatapfelkerne auslösen und mit Essig, Öl, Honig, Orangensaft und etwas Salz zu einer Vinaigrette verrühren. Die Salate säubern und in eine Schüssel geben. Orangenabrieb, Brotwürfel und Granatapfelkerne darüberstreuen und mit der Vinaigrette beträufeln.

Den Salat auf Teller geben und mit dem geräuchertem Lachs servieren.

Sendung/Quelle: Sass: So isst der Norden

Sendetermin: 09.08.2020

Koch/Köchin: Rainer Sass

Weitere Rezepte und Tipps auf: www.ndr.de/kochen