

Lauwarmer Lachs mit Feldsalat-Pesto

Zutaten (für 6 Personen):

- 400 g küchenfertiges (Sushiqualität, vom Mittelstück, ohne Haut und Gräten) Lachsfilet
- 1 unbehandelte Zitrone
- 3 EL Butter
- 6 Zweige Thymian
- 1 Stück altbackenes Sauerteigbrot
- Salz
- 150 g Feldsalat
- 3 Bund Blattpetersilie
- 2-3 EL geschälte Sonnenblumenkerne
- 4 EL Walnuss-, Haselnuss- oder Macadamia-Nussöl
- 2-3 EL Rapsöl
- 1 TL Fleur de sel

Das Lachsfilet in sechs gleich große Tranchen schneiden. Die Schale der Zitrone fein abreiben. Die Butter mit der fein geriebenen Zitronenschale und den Thymianzweigen in einen kleinen Topf geben und bei milder Temperatur schmelzen.

Eine Auflaufform mit etwas Zitronen-Thymian-Butter auspinseln. Die Lachstranchen in die Form legen und großzügig mit Zitronen-Thymian-Butter bepinseln. Die Form straff mit Klarsichtfolie verschließen und in den Kühlschrank stellen.

Das altbackene Sauerteigbrot - am besten auf der Aufschnittmaschine - in ein bis zwei Millimeter dünne Scheiben schneiden. Die Brotscheiben auf ein Backblech legen und mit der restlichen Zitronen-Thymian-Butter beträufeln. Das Brot auf der mittleren Schiene im auf 160 Grad vorgeheizten Backofen (Ober-/Unterhitze) zehn Minuten knusprig braun rösten. Das knusprige Brot aus dem Ofen nehmen, mit einer Prise Salz bestreuen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und beiseitestellen.

Den Feldsalat in einer großen Schüssel mit kaltem Wasser gründlich waschen. Den Feldsalat vorsichtig abgießen, etwas abtropfen lassen und auf Küchenkrepp ausbreiten. Zwölf besonders schöne Feldsalatsträußchen aussuchen, in eine Schüssel legen, mit feuchtem Küchenkrepp bedecken und in den Kühlschrank stellen. Den restlichen Feldsalat in einen hohen Mixbecher geben. Die Petersilienblättchen von den Zweigen zupfen und in den Mixbecher geben. Die Sonnenblumenkerne, drei Esslöffel Nussöl und zwei bis drei Esslöffel Rapsöl hinzufügen und alles mit einem Stabmixer zu einem dünnflüssigen Pesto mixen. Mit etwas Salz abschmecken.

35 Minuten vor dem Anrichten die mit Klarsichtfolie verschlossene Auflaufform in den auf 80 Grad vorgeheizten Backofen (Umluft) geben und die Lachstranchen darin 30 Minuten glasig garen. Den glasig gegarten Lachs erst kurz vor dem Anrichten Küchenkrepp abtropfen lassen.

Anrichten:

Die Hälfte des Pestos auf sechs vorgewärmte Schalen verteilen. Je eine Tranche Lachs daraufsetzen und mit Fleur de sel bestreuen. Den Lachs mit dem restlichen Pesto dekorieren. Das restliche Nussöl und eine Prise Salz über die Feldsalatsträußchen geben. Je zwei marinierte Feldsalatsträußchen zu dem Lachs geben und mit den Sauerteigbrotchips servieren.

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