

Lauwarmer Lachs mit Feldsalat-Pesto

Zutaten (für 6 Personen):

- 400 g küchenfertiges (ohne Haut und Gräten) Lachsfilet
- 1 Bio-Zitrone
- 3 EL Butter
- 6 Zweige Thymian
- 1 Stück altbackenes Sauerteigbrot
- Salz
- 150 g Feldsalat
- 3 Bund Petersilie
- 3 EL geschälte Sonnenblumenkerne
- 3 EL Walnuss-, Haselnuss- oder Macadamia- Öl
- 1 TL Fleur de sel
- 3 EL Rapsöl

Lachsfilet portionieren. 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 mit einer Aufschnittmaschine - in 1-2 mm dünne Scheiben schneiden. Die Brotscheiben auf ein Backblech legen und mit der restlichen Zitronen-Thymian-Butter beträufeln. Das Brot auf der mittleren Schiene im vorgeheizten Backofen bei 160 Grad (Ober-/Unterhitze) 10 Minuten knusprig braun rösten. Aus dem Ofen nehmen, mit 1 Prise Salz bestreuen, auf Küchenkrepp abtropfen lassen und beiseitestellen.

Feldsalat in einer großen Schüssel mit kaltem Wasser gründlich waschen. Vorsichtig abgießen, etwas abtropfen lassen und auf Küchenkrepp ausbreiten. Pro Person 2 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. Petersilienblätter von den Zweigen zupfen und dazugeben. Sonnenblumenkerne, Nuss- und 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. Erst kurz vor dem Anrichten auf Küchenkrepp abtropfen lassen.

Sendetermin: 19.12.2023

Koch/Köchin: Alexander Herrmann

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