

Gebeizter Gewürz-Lachs

Zutaten (für 10 Personen):

- 1 Seite (mit Haut) Lachs
- alternativ: Eismeer- oder Lachsforelle
- 2 Bund Dill
- 1 Stück Ingwer
- 1 EL Fenchelsaat
- 1 EL Koriander
- 2 Sternanis
- 1 EL Pfeffer
- 180 g Stein- oder Meersalz
- 40 g brauner Zucker
- 1 Bio-Zitrone

Gebeizter Lachs ist nach der Zubereitung 3-4 Tage im Kühlschrank haltbar. Voraussetzung für ein gutes Ergebnis ist ein frischer Lachs in Sushi-Qualität aus nachhaltiger Zucht. Bei den Zutaten braucht man nicht auf die genauen Grammzahlen zu achten. Grundlage für die Beize sind Salz und Zucker. Die Lachsseite sollte damit vollständig und großzügig bedeckt sein.

Die Lachsseite abwaschen und gut trocknen. Restliche Gräten entfernen. Den Lachs in eine längliche tiefe Schüssel legen, da durch die Beize Flüssigkeit austritt. Dill säubern, die Stiele und den unteren Teil grob hacken. Die Dillspitzen für die spätere Verwendung beiseitestellen. Ingwer schälen und würfeln. Koriander, Fenchelsaat und Sternanis in einer Pfanne rösten, bis sie anfangen zu duften. Anschließend mit dem Pfeffer in einen Mörser geben und grob zerstoßen.

Salz und Zucker in eine Schale geben. Gemörserte Gewürze und Dill hinzufügen. Alles gut vermengen und gleichmäßig auf der Lachsseite verteilen. Zitrone abwaschen, in Scheiben schneiden und ebenfalls auf der Beize verteilen. Den Lachs mit Klarsichtfolie abdecken und mindestens 24 Stunden im Kühlschrank durchziehen lassen. Bei dickeren Filets sollten es besser 36 Stunden sein.

Anrichten:

- Schwarzbrot
- Pflanzenöl
- Gurke
- Radieschen

Den Fisch aus der Beize nehmen, die Kruste gründlich entfernen und den Lachs abwaschen oder mit einem feuchten Tuch abwischen. Mit einem scharfen Messer dünne Filetscheiben von der Haut schneiden und nach Wahl mit Salat, Rösti oder auf knusprigem Brot servieren. Dafür Schwarzbrotsscheiben in einer Pfanne mit etwas Pflanzenöl rösten. Gurken und Radieschen säubern und in Scheiben schneiden. Je 2-3 dünne Lachsscheiben auf das Schwarzbrot legen und mit Dillspitzen, Radieschen und Gurke anrichten.

Sendung/Quelle: Iss besser!

Sendetermin: 20.11.2022

Koch/Köchin: Tarik Rose

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