# Kräuterlachs mit Fenchel-Kartoffelgratin

Zutaten (für 2 Personen):

· 250 g festkochende Kartoffeln
· 1 Knolle Fenchel
· 200 g Crème fraîche
· 50 ml Sahne
· 50 g geriebener Parmesan
· etwas grobes Meersalz
· aus der Mühle: Pfeffer
· 400 g (mit Haut) Lachs
· 3 EL Olivenöl
· 2 Stängel Dill
· 2 Stängel Kerbel
· 1 Stängel Estragon
· 0,5 Bio-Zitrone

Ofen auf 180 Grad (Ober-/Unterhitze) vorheizen.

Kartoffeln schälen, waschen und in dünne Scheiben hobeln. Den Fenchel gründlich waschen, vierteln, putzen und den Strunk entfernen. Fenchelgrün fein hacken, Fenchel in feine Scheiben hobeln. Kartoffelscheiben etwa 4 Minuten in kochendem Wasser blanchieren und anschließend kurz abtropfen lassen. Inzwischen Crème fraîche, Sahne, Parmesan, Fenchelgrün, Salz und Pfeffer verrühren.

Eine Gratinform leicht buttern und mit einem Drittel der Kartoffelscheiben auslegen. Die Hälfte der Fenchelscheiben darauf verteilen und mit etwa einem Drittel der Sahnecreme überziehen. Den Vorgang wiederholen und die letzte Kartoffelschicht mit der restlichen Creme bedecken. Im unteren Drittel des Ofens garen (insgesamt etwa 45-50 Minuten).

In der Zwischenzeit den Lachs waschen und mit Küchenpapier trocken tupfen. Eventuell vorhandene Gräten zupfen. Eine feuerfeste Form mit einem Drittel des Öls einfetten. Den Lachs mit der Hautseite nach unten hineinlegen, salzen und pfeffern.

Kräuter gut abspülen und trocken schütteln. Die Blätter von den Stielen zupfen, fein hacken. Zitrone heiß waschen, Schale abreiben, Saft auspressen und beides mit dem restlichen Olivenöl und den Kräuterblättchen verrühren. Die Mischung gleichmäßig über den Lachs geben.

Nach 30-35 Minuten Garzeit des Gratins den Lachs auf der mittleren Schiene mit in den Ofen schieben und beides zusammen ungefähr weitere 10-15 Minuten garen.

Hinweis für krankheitsbedingt geschwächte Menschen: Vor der Zubereitung Hände gründlich waschen. Für Gratin und Fisch jeweils separate Schneidebretter und Messer nutzen.

Sendung/Quelle: Die Ernährungs-Docs
Sendetermin: 06.03.2023
Koch/Köchin: Israelitisches Krankenhaus

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