

Tomaten-Carpaccio mit gebratenem Lachs

Zutaten für den Tomaten-Basilikum-Dip (für 4 Personen):

- 8 Cherry-Tomaten
- 4 Zweige Basilikum
- 3 Zweige Koriander
- 1 Zehe Knoblauch
- Butterschmalz
- 1 Bio-Limette
- 1 EL Ahornsirup
- 250 g griechischer Joghurt
- Olivenöl
- Meersalz
- Pfeffer

Tomaten waschen und sehr klein schneiden. Knoblauch schälen und fein würfeln. Kräuter waschen und sehr fein schneiden. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die klein geschnittenen Zutaten darin anbraten. Limette auspressen. Etwas Limettensaft und Ahornsirup hinzufügen. Die Tomaten bei geringer Hitze schmoren, bis die Flüssigkeit fast verdampft ist. Abkühlen lassen und alles mit Joghurt vermengen. Mit Olivenöl, Salz, Pfeffer, Limettensaft und Ahornsirup abschmecken.

Zutaten für den Blumenkohl:

- 0,5 Kopf Blumenkohl
- Butterschmalz
- Salz

Blumenkohl waschen und in sehr kleine Röschen teilen oder klein reiben. Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen, den Blumenkohl hinzufügen und etwas salzen. Bei mittlerer Hitze gar ziehen lassen. Zum Schluss bei hoher Hitze leicht anbräunen.

Zutaten für den Lachs:

- 400 g Lachsfilet
- Butter
- Salz

Lachs abspülen, trocken tupfen, portionieren und salzen. Butter in einer Pfanne erhitzen, den Lachs mit der Hautseite nach unten hineingeben und circa 3 Minuten anbraten. Wenden, ruhen lassen und nochmals Hitze geben.

Zutaten für das Tomaten-Carpaccio:

- 4 Oxsenherz-Tomaten
- Olivenöl
- Fleur de Sel

Tomaten waschen, trocknen, in sehr dünne Scheiben schneiden und leicht überlappend auf Teller legen. Mit Olivenöl benetzen und mit 1 Prise Fleur de Sel bestreuen. Gebratenen Blumenkohl daneben anrichten. Lachs darauf platzieren. Nach Belieben mit Blüten, Basilikum und Limettenscheiben dekorieren. Den Tomaten-Basilikum-Dip in Schälchen dazu reichen.

Sendung/Quelle: Hamburg Journal

Sendetermin: 25.08.2023

Koch/Köchin: Dave Hänsel

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