

# VARIATION VOM LACHS

Tartar mit Feldsalat - Praline mit Linsengemüse -  
Geflämmt mit Avocadocreme und Bacon

## Zutaten für 4 Personen

Für die Praline mit Linsengemüse:  
100 g Lachsfilet, ohne Haut  
100 g Linsen  
2 BlätterStrudelteig  
25 g Karotten  
25 g Knollensellerie  
1 Frühlingszwiebel  
1 Zwiebel  
1 Zehe Knoblauch  
1 Ei  
250 ml Geflügelfond  
1 TL Tomatenmark  
1 Lorbeerblatt  
1 Ingwerknolle, à 3 cm  
1 Zimtstange  
½ Bund Petersilie  
1 TL Ras el Hanout  
1 EL Kartoffelstärke  
1 EL Rapsöl, zum Anbraten  
Rapsöl, zum Abschmecken  
Salz, aus der Mühle  
Pfeffer, aus der Mühle  
Frittieröl  
1 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
schwarzer Pfeffer, aus der Mühle  
Dill, zum Garnieren

## Zubereitung

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Den Frühstücksspeck im Backofen erhitzen, bis er kross ist. Die Fritteuse mit dem Öl füllen und vorheizen.

Für das Linsengemüse die Zwiebel abziehen, fein hacken und in einem Topf mit dem Rapsöl anschwitzen. Die Linsen hinzufügen und zusammen dünsten, bis sie glasig sind. Anschließend das Tomatenmark dazugeben. Die Karotten und den Sellerie klein schneiden und im Topf mit dünsten. Mit der Geflügelfond ablöschen. Den Ingwer schälen und in Scheiben schneiden. Das Lorbeerblatt, drei Scheiben Ingwer, die Zimtstange und den Knoblauch hinzufügen. Anschließend die Linsen knapp unter dem Siedepunkt 20 Minuten ziehen lassen. Die Petersilie klein und die Frühlingszwiebel in Ringe schneiden, hinzufügen und abschließend mit Salz, Pfeffer und Rapsöl abschmecken.

Die Schale der Zitrone abreiben und anschließend den Saft auspressen. Die Avocado aushüllen und dessen Fruchtfleisch mit dem Frischkäse, dem Zitronensaft sowie dem Zitronenabrieb, Salz und Pfeffer mixen. Abschließend die Masse in einen Gefrierbeutel füllen und in den Kühlschrank legen.

Für das Salatdressing die Kartoffel gar kochen und schälen. Anschließend die Kartoffel zusammen mit dem Balsamico, dem Rapsöl, dem Gemüsefond, dem Senf, dem Zucker, Salz und Pfeffer mixen.

Für die Praline den Lachs in ein Zentimeter große Würfel schneiden und das Ei trennen. Anschließend den Lachs in einer Schüssel mit dem Ras el Hanout, Salz und Pfeffer sowie dem Eiweiß und der Stärke vermengen. Das Eigelb kann anderweitig verwendet werden. Die Strudelblätter in schmale Bahnen schneiden und übereinander auslegen. Aus der Lachsmasse kleine Bällchen formen und in den Strudelteigbahnen wälzen.

Für das Tatar den Lachs sehr fein würfeln und in einer Schüssel mit dem Dill, den sehr fein gehackten Schalotten, dem Limettensaft, dem Koriander, dem Olivenöl, Salz und Pfeffer vermengen. Die Masse zehn Minuten ruhen lassen.

Für den geflämmt Lachs den Lachs in fingerdicke Tranchen schneiden. Anschließend auf ein geöltes Backblech legen und kurz mit dem Bunsenbrenner anrösten. Abschließend mit dem Sesamöl bepinseln und dem Fleur de Sel sowie etwas Zitronenabrieb würzen.



Für den geblämmten Lachs mit Acovado-Creme:

- 100 g Lachsfilet
- 1 Scheiben dünner Frühstücksspeck
- 1 reife Avocado
- 1 Zitrone
- 1 EL Frischkäse
- 1 Schälchen Erbsenkresse
- 2 EL geröstetes Sesamöl
- Rapsöl, zum Anbraten
- 1 TL Fleur de Sel
- Salz, aus der Mühle
- Pfeffer, aus der Mühle

Für das Tatar mit Feldsalat:

- 100 g Lachsfilet
- 1 mehligkochende Kartoffel
- 10 Röschen Feldsalat
- 25 g Schalotten
- 1 Limette
- 200 ml Gemüsefond
- 1 TL mittelscharfer Senf
- ½ Bund Dill
- Koriander
- Zucker
- 3 EL weißer Balsamico
- 4 EL Rapsöl

Die Lachspralinen in die Fritteuse geben, bis sie außen knusprig sind.

Mit der Küchenschere ein Loch an der Ecke des Gefrierbeutels schneiden und die Mousse auf die Teller spritzen. Den Geblämmten Lachs darauf schichten und mit Erbsenkresse sowie dem knusprigen Bacon garnieren. Die Praline auf dem Linsengemüse und das Tartar mit dem marinierten Feldsalat anrichten.

Die Variation vom Lachs auf Tellern anrichten und servieren.