Die KochLöffel

Seit 2013

15.08.2014 Beat Pfäuti

Graved (Gebeizter) Lachs auf fruchtigen Linsen

Anzahl: 15 Personen

Rezeptgruppe: Vorspeise

Saison: ganzjährig

Für den Fisch:

750 gr Lachsfilet (netto Gewicht ohne Haut)

60 gr grobes Salz

90 gr Zucker

½ TL gemahlener Sternanis

4 ½ TL Fenchelsaat gemahlen

Für die fruchtigen Linsen:

400 gr kleine Linsen (Beluga schwarz)

3 dl Weisswein

6 Zweige Thymian

105 gr getrocknete Aprikosen

3 EL Apfelessig

1 ½ kleiner Apfel (Golden oder Gala)

Salz

gemahlener Pfeffer

Die KochLöffel

Seit 2013

Zubereitung

Das Lachsfilet gründlich abspülen, trocken tupfen und alle Gräten entfernen. Salz und Zucker mischen, Sternanis und Fenchel zugeben und auf dem Lachs verteilen. Den Fisch in Klarsichtfolie wickeln und im Kühlschrank 48 Stunden marinieren lassen, dabei ab und zu wenden.

Die Marinade abtupfen (gut verpackt in Klarsichtfolie hält er etwa 4-5 Tage im Kühlschrank bei +5°C. Den Fisch zum Servieren in dünne Scheiben oder Tranchen schneiden.

Die Linsen in kochendem Wasser 5 Minuten blanchieren, dann abgiessen. Weisswein, Thymian und ½ l Wasser aufkochen und die Linsen in diesem Sud etwa 30 Minuten garen.

Inzwischen die Aprikosen klein schneiden. Aprikosen zu den Linsen geben und weitere 10 Minuten garen. Die Linsen mit Salz, Pfeffer und Apfelessig abschmecken und im Sud abkühlen lassen. Zum Servieren den Apfel in kleine Würfel schneiden und die Linsen im Sud evtl. noch einmal etwas erwärmen. Die Apfelstücke unterrühren. Linsen auf die Teller geben und den Fisch darauf anrichten.