DENNER

Lachsfilet an cremiger Kräuter-Weisswein-Sauce



Simpel und trotzdem raffiniert: die leicht säuerliche Weissweinsauce verwandelt dieses Lachsgericht in einen Gaumenschmaus!

Dieses saftige Lachsfilet ist etwas für echte Geniesser. Süssmost und Weisswein verleihen der Sauce einen unverwechselbaren Geschmack und genau die richtige Portion Säure. Auch wenn die Kombination vielleicht seltsam klingen mag, sollte man sie unbedingt probiert haben.

Ofengerichte eignen sich zudem immer super, wenn Gäste kommen. Ist der Fisch erst mal im Ofen, bleibt noch Zeit für weitere Vorbereitungen. E Guete!

- 4 Lachsfilets ohne Haut zu je 150 bis 200 g
- 2,5 dl Süssmost
- 2,5 dl trockener Weisswein
- 5 dl Halbrahm
- 1 grosse Zwiebel, fein gehackt
- 1 grosse Knoblauchzehe, halbiert
- 1 EL Tomatenmark
- ½ Würfel Gemüsebouillon
- 1¼ EL Mehl
- Zitronensaft (nach Belieben)
- Je ein Bund frischer Dill, Schnittlauch und glatte Petersilie
- Etwas Olivenöl und Butter
- Salz und Pfeffer

1. Den Fisch mit Haushaltspapier abtupfen. Beidseitig mit etwas Olivenöl und Zitronensaft beträufeln, mit einer Knoblauchhälfte einreiben und salzen.
2. Den Lachs in eine Gratinform geben, die Hälfte der frischen Kräuter (ganz, nicht gehackt!) zwischen die Filets legen und den Fisch ruhen lassen, bis er in den Ofen kommt.
3. In einer Pfanne die gehackte Zwiebel in Butter dünsten, die Knoblauchzehe dazupressen und ca. eine Minute mitdünsten.
4. Das Tomatenmark beigeben und vermengen, dann mit dem Mehl bestreuen und anschliessend alles auf kleiner Stufe nochmals während einer Minute in der Pfanne wenden.
5. Mit dem Wein ablöschen und bis auf die Hälfte reduzieren (verdampfen lassen).
6. Süssmost dazugeben und alles nochmals kurz aufkochen. Den Bouillonwürfel hinzufügen, Hitze herunterschalten

und die Sauce ca. 5 Minuten leicht kochen, danach den Halbrahm beigeben.

7. Den Ofen auf 180 Grad vorheizen.
8. Die zweite Hälfte der Kräuter fein hacken und der Sauce beifügen.
9. Die Sauce bis zur gewünschten Konsistenz einköcheln lassen.
10. Nach Belieben mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und nochmals kurz erhitzen.
11. Die Kräuter zwischen den Lachsfilets entfernen, die Sauce darübergiessen. Danach kommt der Fisch für ca. 20 bis 25 Minuten in den Ofen. (Je nach Grösse der Filets und Art des Lachses kann die Garzeit etwas abweichen.)
12. Dazu passt Trocken- oder Wildreis.

Zubereitungsdauer: ca. 45 Minuten



Giulia Pinot Grigio delle Venetie DOC

Helles Gelb mit grünen Reflexen. Aromen erinnern an grüne Äpfel. Wirkt im Gaumen frisch-fruchtig, mit einer kernigen Säure.

Jetzt im Weinshop ansehen ›