

Der Vorkoster - Rezepte mit Lachs

Björn Freitag zeigt, wie vielfältig Lachs in der Küche einsetzbar ist. Ob selbst gebeizter Lachs oder eine Lachstorte – diese Gerichte sind kreativ und lecker!

Gebeizter Lachs

Beizen ist eine besonders schonende Art der Lachszubereitung, da Vitamine und Nährstoffe weitestgehend erhalten bleiben. Der Vorkoster verrät, wie Sie mit wenigen Handgriffen selbst beizen können.



Die Mengenangaben des Rezeptes sind zugeschnitten auf ein Gericht für vier Personen.

Zutaten:

- 1 EL Wacholderbeeren
- 800 g frische Lachsseite (mit Haut)
- 3 EL Zucker
- 6 EL feines Meersalz
- 1 Bio Zitrone
- 6 Stängel Dill

Zubereitung:

- Wacholderbeeren in einem Mörser oder mit der flachen Seite eines Messers grob zerdrücken.
- Lachs von beiden Seiten mit Zucker und Salz bestreuen und in eine tiefe Form geben. Den Abrieb einer halben Zitrone und den Saft der ganzen Zitrone über dem Lachs verteilen. Dill grob hacken und zusammen mit den Wacholderbeeren auf den Lachs geben. Für 2 Stunden bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
- Lachs aus der Beize nehmen und mit etwas Wasser abbrausen. Anschließend in dünne Scheiben schneiden und mit Dill garnieren. Durch das Beizen ist der Fisch länger haltbar; in Frischhaltefolie gewickelt hält er sich etwa 5 Tage im Kühlschrank.

Lachstorte

Torte einmal anders – mit Avocado, Dill und frischer Zitrone ist diese Lachstorte von Björn Freitag ein echtes Highlight.



Die Mengenangaben des Rezeptes sind zugeschnitten auf ein Gericht für vier Personen.

Zutaten für die Torte:

- 1 Laib Sauerteig-Kastenbrot
- 5 Blätter Gelatine
- 500 g griechischer Joghurt
- 2 Avocados
- ½ Gurke
- ½ Lauch
- 1 rote Zwiebel
- 300 g Räucherlachs
- ½ Bund Dill
- 1 Bio-Zitrone
- Salz und Pfeffer

Zutaten für die Dekoration:

- ½ Gurke
- 2 EL roter Kaviar
- 1 Bund Dill

Zubereitung:

- Für die Basis der Lachstorte den Boden des Kastenbrotts längs abschneiden und in eine Kastenform legen.
- Gelatine einige Minuten in kaltem Wasser einweichen und anschließend ausdrücken. Mit 5 EL Joghurt in einem Topf erhitzen und glatt rühren. Vom Herd nehmen, den restlichen Joghurt zugeben, verrühren und die Joghurtmasse beiseite stellen.
- Fruchtfleisch der Avocados sowie die halbe, entkernte Gurke würfeln. Lauch und Zwiebel fein hacken, Räucherlachs in schmale Streifen schneiden. Avocado, Gurke, Lauch, Zwiebel und Räucherlachs behutsam vermengen. Anschließend alles mit der vorbereiteten Joghurtmasse vermischen.
- Dill fein hacken. Zitronenschale abreiben und den Saft auspressen. Dill, Zitronenabrieb und -saft zur Joghurt-Lachs-Masse geben. Mit Salz und Pfeffer abschmecken und für 2 Stunden kaltstellen.
- Vorsichtig aus der Form auf eine Servierunterlage stürzen.
- Für die Dekoration den Rest der Gurke (nicht entkernen) mit einem Sparschäler längs in dünne Streifen schneiden, diese einrollen und auf der Torte hübsch drapieren. Mit Kaviar und Dill garnieren.

Pulled Lachs mit Fächerkartoffeln

Zart, zarter, Pulled Lachs! Björn Freitag verrät ein weiteres unkompliziertes, aber köstliches Lachsgericht



Die Mengenangaben des Rezeptes sind zugeschnitten auf ein Gericht für vier Personen.

Zutaten:

- 1 EL rosa Pfefferbeeren
- 1 EL Agavendicksaft
- 1 Zitrone
- 8 EL Rapsöl
- Meersalz
- 900 g frische Lachsseite
- 16 Kartoffeln (festkochend)
- 16 Lorbeerblätter
- 2 EL Butter
- 1 Bund Schnittlauch
- 200 g saure Sahne
- Pfeffer

Zubereitung:

- Für die Marinade die rosa Pfefferbeeren zerstoßen und mit Agavendicksaft, dem Saft einer halben Zitrone, 4 EL Öl und Salz mischen. Lachs in die Marinade einlegen und für 1 Stunde im Kühlschrank ruhen lassen.
- Backofen für auf 200 °C vorheizen.
- Kartoffeln schälen und in Abständen von jeweils 1-2 mm bis zur Mitte ein-, aber nicht vollständig durchschneiden. **Tipp:** Um dies zu verhindern, kann man vorher einen Schaschlik-Spieß in das untere Drittel der Kartoffel stecken.
- Fächerkartoffeln auf ein Backblech (gefettet oder mit Backpapier) setzen. Butter in einem Topf zerlassen und Kartoffeln damit bepinseln. Je ein Lorbeerblatt in die eingeschnittenen Kartoffeln stecken. Für 30 Minuten im Ofen garen.
- Die Backtemperatur auf 220 °C erhöhen.
- Lachs aus der Marinade heben und in eine mit Öl bepinselte, ofenfeste Form geben. Für 10 Minuten zu den Kartoffeln in den Ofen geben und auf oberster Schiene garen.
- Währenddessen Schnittlauch fein schneiden. Saure Sahne mit Salz, Pfeffer und dem Saft der anderen Zitronenhälfte würzen. Den geschnittenen Schnittlauch unterrühren.
- Den gegarten Lachs mit zwei Gabeln zerreißen, mit Schnittlauch garnieren und zusammen mit Fächerkartoffeln und Dip servieren.