

Ofenlachs mit Honig-Senf-Kruste auf Kartoffel-Gurkensalat



Stufe 2



Zubereitungszeit: 30 Min.



Zutaten für den Ofenlachs:

4 Lachsfilet(s)
1 Zitrone(n)
2 bis 3 EL Honig
1 EL Senf
1 Knoblauchzehe(n)
3 EL Paniermehl
1 Bd Petersilie
1 bis 2 EL Rapsöl

Zutaten für den Salat:

300 g Kartoffel(n)
1 Salatgurke(n)
5 bis 6 Radieschen
1 Bd Dill
2 EL Creme fraîche
1 TL Gemüsebrühenpulver
1 TL Honig
Salz
Pfeffer



Continenta Schneidebrett aus Eiche mit Schublade



GEFU V-Hobel VIOLI



Microplane Knoblauchsneider



Rösle Pendelschäler



Le Creuset Speiseteller in karibik



Küchenprofi Panier-Set 3-teilig



Zassenhaus Pfeffermühle FRANKFURT, Buche natur

1

Die Kartoffeln für den Kartoffelsalat 25 Minuten in kochendem Salzwasser oder einem Schnellkochtopf kochen. Abschütten und abkühlen lassen. Nun einen Schäler zur Hand nehmen und Kartoffeln pellen. Anschließend in feine Scheiben schneiden.

2

Eine Salatschüssel bereit stellen. Die Salatgurke und Radieschen waschen, mit einer feinen Reibe zu den Kartoffeln geben. Dill waschen, trocken schütteln und auf einem Holzbrett fein hacken. Ebenfalls zum Salat geben.

3

Für die Soße 2 EL Creme Fraîche mit Senf, Gemüsebrühenpulver, 1 EL Wasser, Salz & Pfeffer aus der Mühle verrühren. Unter den Salat rühren und alles gut vermengen. Nun kühl stellen.

4

Den Ofen auf 180°C vorheizen. Für die Marinade Knoblauch fein hacken und mit 2 EL Honig und 1 EL Senf verrühren. Mit Salz und Pfeffer würzen.

5

Panko in einer größeren, flachen Schüssel mit gehackter Petersilie vermengen und 1-2 EL Rapsöl dazu träufeln.

6

Eine Auflaufform einfetten. Lachsfilets á 100 g einzeln nacheinander mit der Marinade bestreichen und in der Panko-Mischung wälzen. In die Auflaufform setzen und ggf. nochmal mit Panko bestreuen. Mit den anderen Filets genauso verfahren.

7

Eine Zitrone halbieren und jeweils eine halbe Scheibe auf die Filets legen. Den Rest für später zur Seite legen.
Filets im Ofen ca. 30 Minuten backen.

8

Auf Tellern den Kartoffel-Gurken Salat anrichten, jeweils ein Lachsfilet daraufsetzen und mit etwas frisch
gepresstem Zitronensaft beträufeln. Guten Appetit!