

Lachs-Filet, Zitronen-Risotto, Fenchel-Apfel-Salat

Für zwei Personen

Für den Lachs:

2 Lachsfilets, à 200 g	Olivenöl	Salz
------------------------	----------	------

Für das Risotto:

150 g Risottoreis	1 weiße Zwiebel	1 Knoblauchzehe
1 Zitrone, Abrieb, Saft	40 g Parmesan	1 EL Butter
50 ml Weißwein	550 ml Gemüsefond	1 EL Olivenöl
1 Bund Dill	Salz	Pfeffer

Für den Fenchelsalat:

1 m.-großer Fenchel	1 m.-großer Apfel	70 ml Weißweinessig
50 ml Olivenöl	Zucker	Chiliflocken
Salz	Pfeffer	

Für den Lachs:

Den Lachs kalt abspülen, trocken tupfen und salzen.

5 Minuten vor Ende der Garzeit des Risottos das Öl in der Pfanne erhitzen und Lachsfilet von jeder Seite 2-3 Minuten braten.

Für das Risotto:

Fond aufsetzen und erhitzen.

Zwiebel und Knoblauch abziehen und fein würfeln. Parmesan hobeln. Dill hacken und abdecken.

Öl und Butter in einem Topf erhitzen, Zwiebeln und Knoblauch darin 2 Minuten andünsten. Reis zugeben und unter Rühren 1 Minute mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen.

Ein Drittel des Fonds zugießen und das Risotto 20 Minuten unter Rühren garen, nach und nach den restlichen Fond zugeben.

Die letzte Fond-Portion sollte etwas größer sein, damit Zeit für den Fisch bleibt.

2 EL Dill unter den Parmesan mischen. Risotto mit Salz, Pfeffer, 1 TL Zitronenabrieb und 1 EL Zitronensaft abschmecken.

Parmesan-Dill-Mischung zum Risotto. Butter unterrühren.

Für den Fenchelsalat:

Fenchel waschen, halbieren und den Strunk mit einem Keilschnitt entfernen. Fenchel mit einem Gemüsehobel in feine Streifen schneiden.

Apfel schneiden, Kerngehäuse entfernen und auch mit dem Hobel schneiden. Alles in eine Schüssel geben.

Weißweinessig, etwas Salz, Zucker und Olivenöl in einer Schüssel verrühren, über den Fenchel-Apfel-Mix geben und mit den Händen gut durchmischen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Sebastian Hartmann am 19. Januar 2026