



*Lachs oder als alternativ Lachsforelle, sind in der Küche sehr vielseitig einsetzbare Fische Sie schmecken gebraten gedünstet, gebeizt und geräuchert. Sie haben ein delikates, zartes Fleisch mit einem kräftigen unverwechselbaren Geschmack. Als ganze Fische haben sie ein silbrig glänzendes Aussehen.
Echten Wildlachs erkennt man an der ungekrümmten Rückenflosse.*

Frühlingsgemüse-Eintopf mit Lachsklößchen

für 4 Personen

Tipp: Wer das Gericht vegetarisch genießen möchte, kann die Lachsklößchen auch weglassen. Die Zubereitung beginnt dann mit dem Lauch.

300 g Lachfilet frisch
1 Ei
100 ml Sahne/Crème fraîche
Etwas Dill, frisch
Zitronensaft
Salz + Pfeffer

in kleine Stücke schneiden und für 15 min tiefkühlen. Mit und im Blitzhacker/Mixer zu einer glatten Farce verarbeiten. ohne Stiele, fein gehackt, zufügen. Mit sowie würzen und noch einmal durchmischen. Alles ½ Stunde kaltstellen.

300 g Lauch
300 g junge Karotten
200 g Spargel weiß
400 g Kartoffeln
2 Mairübchen/Kohlrabi
2 Zwiebeln
2 EL Öl

putzen, waschen und in Ringe schneiden.
putzen, schälen und in Scheiben schneiden.
waschen, schälen und in 2 cm große Stücke schneiden.
schälen, waschen und in 1 cm große Würfel schneiden.
waschen, schälen, in Achtel und dann in Scheiben schneiden.
abziehen und fein würfeln. Diese in andünsten, dann die Kartoffeln + Karotten zufügen und 5 min mitdünsten. Danach die Mairübchen/Kohlrabi dazugeben. Mit auffüllen und 5 min köcheln lassen, dann die Spargelstücke sowie die Lauchringe zufügen und weitere 10 min köcheln lassen.

1,0 l Gemüsefond

100 g Frischkäse
1 Zitrone
Salz + Pfeffer
Muskatnuss
2 EL Senf mittelscharf
2 EL Honig

mit dem Saft von verrühren. Mit und frisch geriebener würzen und unter das gegarte Gemüse ziehen. und in den Eintopf einrühren.

In der Zwischenzeit

200 ml Fischfond

in einem Topf erhitzen.
Die Lachsmasse aus dem Kühlschrank nehmen und mit zwei Teelöffeln kleine Klößchen formen, in den Fond legen und 5 min ziehen lassen (nicht kochen!!). Dann vorsichtig aus dem Topf nehmen und mit dem Gemüse auf vorgewärmten Tellern anrichten.

Warmes, knuspriges Baguette dazu reichen.

