

SABAG-REZEPTE BY META HILTEBRAND

Februar: Lachssteak mit schwarzen Nudeln und Senfsauce

In 20 Minuten auf dem Tisch: Das Steak vom Lachs wird mit Spinat-Salicorn-Tomaten-Gemüse und Sepianudeln serviert. Eine raffinierte Senfsauce rundet das edle Gericht ab.

ZUTATEN FÜR 4 PERSONEN

Zutaten

4 grosse Lachssteaks (ca. 140-180g pro Person)
250g schwarze Nudeln (Sepianudeln)
1 Zwiebel
1 Knoblauchzehe
15 Cherrytomaten
100g Salicorn (Meeresspargel)
200g Blattspinat
Olivenöl
1dl Weisswein
1dl Vollrahm
1 EL feiner Senf
½ EL grober Senf
1 EL Zucker
Fleur de Sel
Pfeffer



VORBEREITUNG

Schritt 1

Den Lachs mit Öl einreiben, eine Grillpfanne heiss machen und den Fisch kurz auf beiden Seiten anbraten. Dann den Lachs auf ein Blech legen, etwas Fleur de Sel darüber streuen und im Backofen bei 180 Grad 8-12min fertig backen.

Schritt 2

Nudeln gemäss Packung al dente kochen. Währenddessen die Hälfte der Zwiebel und den Knoblauch klein schneiden und im Olivenöl dünsten. Am besten einen grossen Topf dafür verwenden, damit später noch Platz zum Mischen ist!

Schritt 3

Salicorn, Tomaten und Spinat hinzufügen und kurz mitdünsten. Dann die Nudeln in den Topf geben und alles kurz mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Schritt 4

Für die Sauce den Rest der Zwiebel hacken, in Olivenöl andünsten und dann den Senf dazugeben, kurz umrühren. Dann mit dem Weisswein ablöschen und aufkochen lassen. Zum Schluss den Vollrahm, Zucker und Salz begeben und die Sauce etwas köcheln lassen. Vor dem Anrichten mit dem Stabmixer pürieren.

Schritt 5

Die Nudeln und das Gemüse auf einen Teller geben, den Lachs darauf drapieren und zum Schluss ein bisschen Senfsauce über dem Teller verteilen – Guten Appetit!