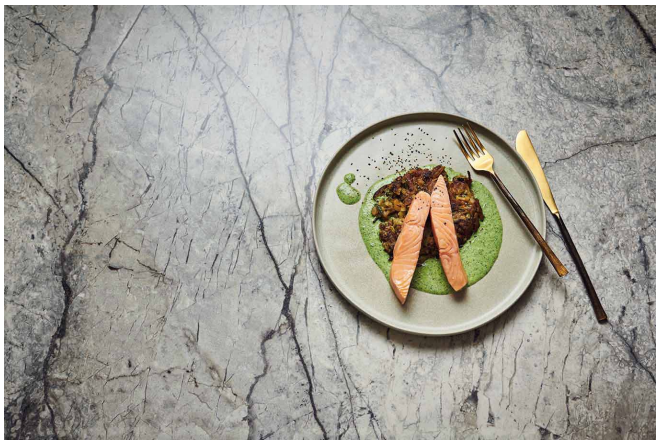
Pochierter Lachs

Rezept von V-ZUG AG



auf Zucchinipuffer mit grüner Soße

Zubereitung	30 Min.
Garzeit	20 Min.
Portionen	4
Gerät	CombairSteamer V2000 ab 2021

Grüne Soße

1 Bund Kerbel

1 Bund Petersilie

1 Bund Schnittlauch

25 g Kresse

100 g Nature-Joghurt

1 TL Zucker

1 TL Senf

1 TL Salz

50 g Crème fraîche

Zucchinipuffer

200 g Kartoffeln/Erdäpfeln gepellt, geschält

200 g Zucchini

1 TL Salz

etwas Pfeffer

Olivenöl zum Braten

Lachs

4 Lachsfiletstücke ohne Haut, à 100 g

Olivenöl zum Einfetten

etwas Fleur de Sel

Grüne Soße

Alle Zutaten bis einschließlich Salz pürieren, Crème fraîche beigeben, verrühren.

Zucchinipuffer

Pellkartoffeln und Zucchini an einer Küchenreibe in eine Schüssel reiben, salzen und mit Pfeffer abschmecken.

Reichlich Olivenöl in einer großen, beschichteten Bratpfanne erhitzen. Kartoffel/Erdäpfel-Zucchinimischung in die Pfanne geben und 4 Puffer formen. Puffer bei mittlerer Hitze beidseitig goldbraun braten. Warmstellen.

Lachs

Fisch auf ein geöltes Edelstahlblech legen und mit Dämpfen 48 °C 20 Minuten lang garen.

Anrichten

Lachsfiletstücke mit etwas Fleur de Sel bestreuen und auf Zucchinipuffern anrichten. Grüne Soße dazu servieren.

Garschritte

Dämpfen 48 °C während 20 Min.

Tipps

Pellkartoffeln/Erdäpfel vom Vortag eignen sich noch besser zum Reiben.

Zubehör

Edelstahlblech

Stabmixer oder Standmixer

Zusätzliche Informationen

Erstellt am	26.01.2022