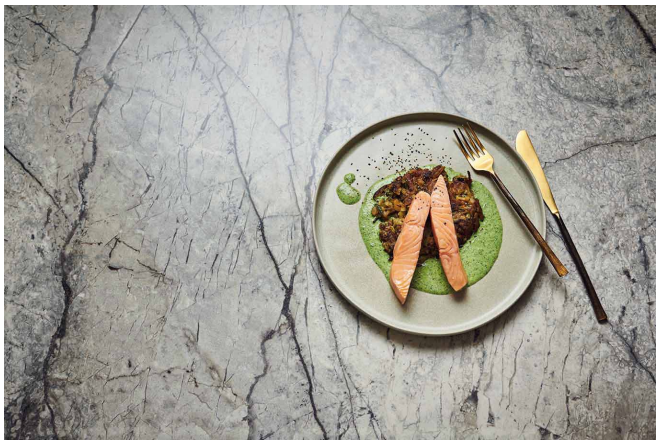
Pocheret laks

Opskrift af V-ZUG Ltd



Tilberedning	30 Min.
Tilberedningstid	20 Min.
Portioner	4
Apparat	CombairSteamer V2000 fra 2021

på courgetterösti med grøn sauce

Grøn sauce

1 bundt kørvel

1 bundt persille

1 bundt purløg

25 g karse

100 g yoghurt naturel

1 tsk sukker

1 tsk sennep

1 tsk salt

50 g creme fraiche

Courgetterösti

200 g pillekartofler, skrællede

200 g courgette

1 tsk salt

en smule peber

olivenolie til stegning

Laks

4 laksefiletskiver uden skind, a 100 g

olivenolie til smøring

en smule Fleur de Sel

Grøn sauce

Lav en puré af alle ingredienserne og salt, tilsæt creme fraiche, og rør det sammen.

Courgetterösti

Riv pillekartofler og courgetter på et rivejern ned i en skål, tilsæt salt, og smag til med peber.

Opvarm den resterende olivenolie på en stor stegepande med belægning. Kom kartoffelblandingen i panden, og form 4 röstier. Steg röstierne ved middel varme på begge sider, indtil de er gyldenbrune. Hold dem varme.

Laks

Anbring fisken på en rustfri stålplade, der er smurt med olie, og dampkog den ved 48 °C i 20 minutter.

Anretning

Drys en smule Fleur de Sel på laksefiletskiverne, og anret dem på courgetteröstierne. Server den grønne sauce til.

Tilberedelsestrin

Dampning 48°C i 20 Min.

Tips

Pillekartofler fra dagen før egner sig endnu bedre til at blive revet.

Tilbehør

Rustfri stålplade

Stavblender eller køkkenmaskine

Yderligere oplysninger

Oprettet den	12.04.2023