



Rezepte der Sendung vom 10. Mai 2012 - «Lachs»

Für 6 Personen

Flirtender Lachs aus Klosters (von Te-Huia Hemopo)

Vor- und Zubereitung: ca. 20 Min. / Backen: 30 Min.

800 g Lachsfilet
400 g Lachs, geräuchert, in feinen Tranchen

Lachsfilet in eine Gratinform legen,
geräucherte Tranchen darüber verteilen.

Sauce:

1 dl Rahm
1 dl Weisswein, aus der Region
1 EL grober Senf

1 Bund Schnittlauch, fein geschnitten



Alles in einer Schüssel gut verrühren, über den Lachs giessen. Schnittlauch darüber streuen. Backen: 30 Min. bei 180 Grad, Ober- und Unterhitze.

* * *

Ivo's Süss-Saure Rüeblli mit Ingwer

Vor- und Zubereitung: ca. 30 Min.

5 Rüeblli, in feinen Streifen
1 Blutorange, in Filets

Alles beiseite stellen.

Sauce:

1 dl Rüeblisaft
1 daumengrosses Stk. Ingwer, geschält, halbiert



1 EL Orangenblütenhonig
3 Tropfen Orangenblüten-Essenz
1 Blutorange, abgeriebene Schale
Saft von Orangenfilets
1 Prise Salz
1 EL Aceto Balsamico, bianco
wenig Safranfäden

Alles in eine Pfanne geben, 10 Min. aufkochen, Rüblistreifen dazugeben, abkühlen.

Servieren: Rüblistalat mit Orangenfilets garnieren.

Dazu schwarzen Vollkorn-Reis (Venere) servieren.

En Guete!