



Gerda Frauenlob

Gebratener Selleriesalat mit sanft gegartem Lachs, Sauerrahmsauce und Fladenbrot

Zutaten für zwei Personen

Für den Lachs:

150 g Lachsfilet, ohne Haut
1 Zitrone
100 g Butter
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 55 Grad Umluft vorheizen.

Lachsfilet waschen und trockentupfen. In einen Vakuumbbeutel legen und die Butter in Flocken hinzugeben. Mit einem Clip verschließen und im vorgeheizten Backofen ca. 30 Minuten garen. Den Lachs aus dem Ofen und Beutel nehmen und in Würfel schneiden. Mit Salz würzen. Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Zitronenabrieb über den Fisch geben.

Für den Selleriesalat:

½ Knolle Sellerie
50 g Blattspinat
2 Radieschen
½ Apfel
1 Zitrone
1 Orange
1 EL gehobelte Haselnüsse
2 EL Preiselbeermarmelade
1 TL flüssiger Honig
2 EL Balsam-Apfelessig
1 TL Haselnussöl
Muskatnuss, zum Reiben
3 EL Rapsöl
Salz, aus der Mühle
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Sellerie schälen, halbieren und in 3 mm dicke Scheiben hobeln. Sellerie in Salzwasser blanchieren. Aus dem Wasser nehmen und auf Küchenpapier abtropfen lassen. Anschließend in einer Pfanne mit 1 Esslöffel Rapsöl braten. Mit Muskat würzen. Sellerie auf dem Teller wie Carpaccio anrichten und mit Haselnussöl beträufeln.

Orange und Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Apfel schälen, halbieren, Kerngehäuse entfernen und in 1 cm kleine Würfel schneiden. Apfelstückchen mit je 1 Esslöffel Orangen- und Zitronensaft und einer Prise Salz vermengen.

Restlichen Orangensaft, Preiselbeermarmelade, Apfelessig, Honig und restliches Öl verrühren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Blattspinat waschen, trockenschleudern und mit Dressing vermengen. Auf dem Sellerie drapieren und mit Haselnüssen bestreuen. Apfelwürfel und Lachsstücke darauf verteilen. Radieschen waschen, putzen und in Scheiben hobeln. Salat damit garnieren.

Für die Sauerrahmsauce:

125 g Sauerrahm
100 g frischer Meerrettich
1 Zitrone
1 Orange
1 Prise Zucker
Muskatnuss, zum Reiben
Salz, aus der Mühle

Orange und Zitrone unter heißem Wasser abspülen und die Schale abreiben. Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Sauerrahm mit Zitronen- und Orangenabrieb sowie 1 Teelöffel Zitronensaft verrühren. Mit Salz, Zucker und Muskatnuss abschmecken. Kurz vor dem Servieren Meerrettich reiben und unterrühren.

Für das Fladenbrot: Butter in einem Topf auslassen. Mehl mit Backpulver, Kümmel, Salz und Zucker in einer Schüssel mischen. Milch, flüssige Butter und Speiseöl zugeben und zu einem glatten Teig verkneten. Teig in zwei Portionen teilen und auf einer leicht bemehlten Arbeitsfläche zu je ca. 20 cm runde Fladen ausrollen.

80 ml Milch
25 g Butter
150 g Dinkelmehl, Type 630
½ TL Backpulver
¼ TL Zucker
¼ gemahlener Kümmel
Butterschmalz, zum Braten
½ EL Speiseöl
½ TL Salz

Für die Garnitur: Kresse vom Beet schneiden und das Gericht damit garnieren.

1 Beet Rote Bete Kresse

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.