Rezept

Lachs mit Kohlrabi und Shiitake-Pilzen

Ein Rezept von Lachs mit Kohlrabi und Shiitake-Pilzen, am 27.04.2024

Zutaten

1	Kohlrabi (400 g)
1 EL	Butter
2	Lachsfilets mit Haut, geschuppt (à 220 g)
3 EL	Olivenöl zum Braten
	schwarzer Pfeffer aus der Mühle
100 g	frische Shiitake-Pilze
	Salz
	Meersalz, z.B. Fleur de Sel
	1-2 Stängel glatte Petersilie

Rezeptinfos

Portionsgröße FÜR 2 PERSONEN | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 610 kcal

Zubereitung

1. Den Kohlrabi schälen. Einige feine Blätter in kaltes Wasser legen. Kohlrabi in 1 cm breite und 6 cm lange Stifte schneiden. Shiitake-Pilze von ihren Stielen befreien und in 1½ cm dicke Scheiben schneiden. Die Butter in einem Topf (24 cm Ø) aufschäumen lassen. Kohlrabi kurz darin anschwitzen, mit 150 ml Wasser ablöschen und gleich mit 1 Prise Salz würzen. Abdecken und unter Rühren etwa 10 Min. bei geringer Hitze schmoren.

2. In der Zwischenzeit den Lachs kalt abbrausen und mit einem Küchenpapier trocken tupfen. Die Hautseite mit einem scharfen Messer zweimal schräg einschneiden. Lachsfilets von beiden Seiten mit Meersalz würzen. 1 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen, Fisch mit der Hautseite nach unten in die Pfanne legen und 4 Min. bei geringer Hitze braten. Wenden, kurz weiterbraten, Pfanne vom Herd nehmen und die Filets 3 Min. in der Restwärme ziehen lassen.

3. In einer zweiten Pfanne das übrige Olivenöl erhitzen und die Pilze dazugeben. Gleich mit 1 Prise Meersalz würzen und die Pilze 2 Min. bei mittlerer Hitze rösten.

4. Die Petersilie waschen und trocken schütteln. Blättchen abzupfen und zusammen mit den Kohlrabiblättern grob schneiden. Kohlrabigemüse nur salzen, mit den geschnittenen Kräutern und Kohlrabiblättern verfeinern und auf vorgewärmten Tellern verteilen. Fisch mit der Hautseite nach oben auf dem Gemüse anrichten. Shiitake-Pilze auf dem Lachs verteilen, pfeffern und servieren. Die kross gebratene Haut kann nach Belieben mit verzehrt werden.