

Rezept

Gefüllter Lachs auf Sauerkraut

Ein Rezept von Gefüllter Lachs auf Sauerkraut, am 10.06.2026

Zutaten

2 Schalotten	1 große Birne
3 EL Butter	1 EL Zucker
500 g Sauerkraut	1/4 l Champagner, Crémant oder trockener Cidre
Salz	Pfeffer
8 dünne Scheiben Lachs (je etwa 70 g)	200 g weißfleischiges Fischfilet (z. B. St.-Petersfisch, Scholle oder Seeteufel)
1 Bund gemischte Kräuter (z. B. Dill, Kerbel, Estragon, Schnittlauch und Petersilie)	1/2 Bio-Zitrone
100 g Sahne (gut gekühlt!)	1 Eiweiß (Größe M)

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 615 kcal

Zubereitung

1. Schalotten schälen und fein schneiden. Die Birne vierteln, schälen, entkernen und in nicht zu dünne Scheiben schneiden. In einem Topf 1 EL Butter mit dem Zucker schmelzen. Die Schalotten und die Birne einrühren und kurz andünsten.
2. Sauerkraut mit zwei Gabeln auflockern und untermischen. Champagner, Crémant oder Cidre dazu, alles salzen, pfeffern und zugedeckt etwa 30 Minuten bei geringer Hitze dünsten. Ab und zu durchrühren.
3. Inzwischen den Lachs waschen, trockentupfen und ganz leicht salzen und pfeffern. Weißes Fischfilet klein würfeln und kühl stellen. Die Kräuter waschen und trockenschütteln und die Blättchen fein hacken. Die Zitronenhälfte heiß waschen und abtrocknen, die Schale fein abreiben.
4. Die hellen Fischwürfel mit dem Eiweiß fein pürieren, dabei die Sahne nach und nach dazufließen lassen. Die Kräuter und die Zitronenschale unterrühren und das Fischpüree salzen und pfeffern.
5. Den Backofen auf 200 Grad vorheizen (auch schon jetzt einschalten: 180 Grad Umluft). Kraut abschmecken und in eine ofenfeste Form füllen. 4 Lachsscheiben mit dem Fischpüree bestreichen und mit den übrigen Fischscheiben belegen, leicht andrücken. Auf das Kraut setzen. Übrige Butter klein würfeln und darauf verteilen. Den Fisch für etwa 12 Minuten in den Ofen (Mitte) schieben. Mit dem Sauerkraut auf Tellern verteilen. Dazu gibt's Baguette.