

Aufgetischt



Lauwarmes Alpenlachsfilet mit Artischockenfond, Blattspinat & Paradeisern

Zutaten:

4 Alpenlachsfilets je 120 g
250 g Artischockenblätter
3 Schalotten
2 Knoblauchzehen
2 Stk. Champignon
70 ml Weißwein
30 ml Noilly Prat
0,5 l Geflügelfond
0,5 l Paradeisconsommé
Butter
Cayenne Pfeffer, Meersalz, Zitronensaft, Thymian
1/2 fein geriebener mehliger Kartoffel
2 Handvoll geputzter Blattspinat
2 Paradeiser (geschält und entkernt)
2 Artischocken, geputzt, blanchiert und geviertelt

Die Fischfilets entgräten, auf beiden Seiten leicht salzen. Eine feuerfeste Form mit Butter einstreichen. Die Filets nebeneinander hineinlegen und ebenfalls mit Butter bestreichen. Mit Klarsichtfolie zudecken und im Backrohr bei 80° C ca. 10-12 Minuten (je nach Stärke der Filets) garen.

Artischockenblätter in **warmem** Wasser waschen. Knoblauch, Schalotten und Champignons in Öl-Buttermischung anschwitzen, die Artischockenblätter hinzufügen, mit Weißwein und Noilly Prat ablöschen und mit der geriebenen Kartoffel binden. Alles in einem Mixglas pürieren und dann durch ein feines Sieb passieren, mit Cayenne Pfeffer, Salz und Zitronensaft abschmecken.

Schalotten und Knoblauch anschwitzen, Blattspinat hinzufügen, durchschwenken und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Artischocken in Olivenöl anschwitzen, Paradeiser mitschwenken, mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen und mit Artischockenfond gemeinsam anrichten.