

## „Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



### **Gebeizter Kärntner Laxn mit Spargelsalat, Frühling Kräutern und Buddhas Hand**

**Koch: Jürgen Perlinger**

#### Zutaten

(4 Personen)

Für die Laxn Beize

- 1 g weiße Pfefferkörner
- 1 g Senfkörner
- 1 g Fenchelsamen
- 1 g Koriandersamen
- 1 Sternanis
- 2 Gewürznelken
- 3 Pimentkörner
- 50 g Meersalz
- 25 g Kristallzucker

Für den Fisch

- 400 g Kärntner Laxn Filets

Für den Spargelsalat

- 8 Stangen Lavanttaler Spargel (weiß & grün)
- 1 Frühlingzwiebel (rot oder grün)
- 8 cl weißer Balsamicoessig
- 1 Orange (Filets & restlicher Saft)
- ½ TL Dijonsenf
- Salz

Quelle: ORF extra

- Korianderkörner aus der Mühle
- 5 cl Walnuss- oder Sesamöl

Für die Garnitur

- frische Frühlingskräuter (z.B. Vogelmiere, Bachkresse, Pimpinelle, Kerbel, Sauerklee, Blutampfer oder Gänseblümchen)
- Buddhas Hand (Zitronensorte)

## Zubereitung

### **Am Vortag:**

- 1.** Für die Laxn Beize die weißen Pfefferkörner, die Senfkörner, die Fenchelsamen, die Korianderkörner, den Sternanis, die Gewürznelken und die Pimentkörner in einer Pfanne ohne Öl kurz rösten, in einem Mörser grob zerstoßen und mit dem Meersalz und dem Kristallzucker vermengen.
- 2.** Für den Laxn zuerst die Gräten der Fischfilets mit einer Grätenzange zupfen. Dann die Filets mit etwa 40 g der Beize bestreuen und über Nacht im Kühlschrank durchziehen lassen. Die restliche Beize in einem Schraubglas aufbewahren.

### **Am Kochtag:**

- 3.** Die Haut der gebeizten Fischfilets abziehen und die Filets schräg in feine Streifen schneiden. Die Orange filetieren und den restlichen Saft der Abschnitte auspressen.
- 4.** Nur den weißen Spargel mit einem Sparschäler schälen, beide Spargelsorten der Länge nach in dünne Streifen hobeln und mit den feingeschnittenen Frühlingszwiebeln in einer Schüssel vermengen. Den weißen Balsamicoessig, den Orangensaft, den Dijonsenf, das Öl, etwas Salz und Koriander aus der Mühle begeben, zu einer Marinade verrühren und unter die Spargel-Frühlingszwiebel-Mischung heben.
- 5.** Zum Schluss den Spargelsalat und die Fisch-Streifen auf einem flachen Teller anrichten und mit den Orangenfilets, den Frühlingskräutern und feingehobelter Buddhas Hand garnieren.