



Wild, Natürlich & Nachhaltig®

Alaska Königsachs mit confierter Cocktailtomate, Basilikum-Cashew-Creme, Brotchips und Espressopulver

Zutaten für 4 Personen:

Für den Lachs:

800 g Alaska Königsachs
3 EL Butterschmalz
Salz, Pfeffer

Für die Tomaten:

800 g Cocktailtomaten
200 ml Olivenöl
½ Bund Salbei

Für die Basilikum-Cashew-Creme:

1 Bund Basilikum
100 g Cashewkerne
1 EL Weißweinessig
2 EL Rapsöl
Salz, Pfeffer

Für die Brotchips:

½ Baguette
50 ml Olivenöl
Salz, Pfeffer
2 Stängel Rosmarin

Espressopulver



Zubereitung:

1. Das Baguette in dünne Scheiben schneiden und mit Olivenöl, Salz, Pfeffer und gehacktem Rosmarin marinieren. Auf einem mit Backpapier belegtem Backblech verteilen und bei 180°C circa 10-15 Minuten backen, bis die Chips knusprig sind.
2. Die Tomaten in eine Auflaufform geben, mit Olivenöl angießen und Salz, Pfeffer und Salbei dazugeben. Das Ganze bei 180°C circa 10 Minuten im Ofen garen.
3. Für die Basilikum-Cashew-Creme die Cashewkerne mindestens 30 Minuten in 200 ml Wasser einweichen. Dann mit Basilikum, Rapsöl, Weißweinessig, Salz und Pfeffer mixen.
4. Den Lachs entschuppen, in 200 g schwere Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hautseite in einer beschichteten Pfanne in Butterschmalz 5 Minuten scharf anbraten. Lachs wenden und weitere 3 Minuten braten.



Zubereitungszeit: 45 Minuten

Nährwerte pro Portion:

Energie: 930 kcal / 3900 kJ

Eiweiß: 50 g

Fett: 68 g

Kohlenhydrate: 28 g