



Gloria Wiendl

Lachsfilet mit Risotto und Tomaten-Rotwein-Sauce

Zutaten für zwei Personen

Für das Lachsfilet:

1 Lachsfilet, à 200 g, mit Haut
 100 ml Sojasauce
 2 TL Honig
 2 TL Senf
 1 Bund Thymian
 1 Bund Rosmarin
 Muskatnuss, zum Reiben
 Öl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Für die Marinade Honig, Senf und Sojasauce vermengen. Die Kräuter abbrausen, trockenwedeln, hacken und dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Lachs waschen, trockentupfen und etwa 10 Minuten in der Marinade ziehen lassen.

Öl in einer Pfanne erhitzen und den eingelegten Lachs auf der Hautseite scharf anbraten. Wenden und auf niedriger Stufe fertig garen.

Für das Risotto:

50 g Risottoreis
 1 Zwiebel
 3 Knoblauchzehen
 50 ml Sahne
 50 g Butter
 50 g Parmesan
 100 ml Gemüsefond
 100 ml Rotwein
 Öl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Knoblauch und Zwiebel abziehen, klein schneiden und in einem Topf mit Öl anbraten. Den Risottoreis dazugeben und kurz anschwitzen. Mit Rotwein ablöschen, aufkochen und auf niedriger Stufe köcheln lassen. Mit Gemüsefond auffüllen und immer wieder umrühren. Den Parmesan reiben.

Kurz vor dem gewünschtem Garpunkt die Sahne, Butter, Salz und Pfeffer hinzugeben und mit Parmesan verfeinern.

Für Tomaten-Zwiebel-Rotwein-Sauce:

3 Tomaten
 2 Zwiebeln
 1 Knoblauchzehe
 50 g Butter
 100 ml Rotwein
 3 EL Zucker
 Öl, zum Braten
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Tomaten, Zwiebeln und Knoblauch schälen, in große Stücke schneiden und in Öl anbraten. Mit Zucker bestreuen und kurz karamellisieren. Anschließend mit Rotwein ablöschen und aufkochen. Dann auf niedriger Stufe ziehen und einkochen lassen.

Nach etwa 15 Minuten pürieren und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit Butter abbinden.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.