

55° Lachs

Ofenspargel | Sous vide Kartoffel
Kräuter Beurre Blanc



ZUBEREITUNG

LACHS

Lachs mit den Kräutern belegen und im Dampfbackofen bei 100% Feuchte und 50°C ca. 14 Minuten glasig garen. Oder bei 30% Feuchte und 55°C ca. 18 Minuten. In der Wärmeschublade warmhalten.

SPARGEL

Spargel in die Glaswanne legen. Alle Zutaten verrühren und über den Spargel gießen. Im Backofen bei 200°C ca. 25-30 Minuten garen. Oder im Dampfbackofen bei 100% Feuchte und 100°C je nach Sorte ca. 20 Minuten garen. Danach marinieren und einige Minuten ziehen lassen.

KARTOFFELN

Kartoffel schälen und in gleich große Stücke schneiden. Mit etwas Wasser, Butter und Salz auf Stufe 3 vakuumieren. Im Dampfbackofen in der Funktion „Sous vide“ bei 85°C ca. 45 Minuten garen. Oder als Pellkartoffel im Dampfbackofen bei 100% Feuchte und 100°C ca. 30-40 Minuten garen.

KRÄUTER BEURRE BLANC

Schalotten in Würfel schneiden, mit den Flüssigkeiten aufkochen und auf 1/3 reduzieren. Durch ein Sieb streichen. Crème fraîche und Butter mit dem Stabmixer unterarbeiten. Gehackte Kräuter zugeben und würzen.

ZUTATEN

4 St.	Lachs à 100 g / ohne Haut Thymian Olivenöl
12 St.	Spargel, geschält Olivenöl Butterflocken
1 Prise	Kokosblütenzucker
1 TL	Miso-Paste
1 EL	Sojasauce Salz
600 g	Kartoffeln Butter Salz
2	Schalotten
100 ml	Weißwein
150 ml	Fischfond
50 ml	Noilly Prat
1 EL	weißer Essig
4 EL	Crème fraîche
150 g	Butter
3 EL	Gehackte Kräuter Dill, Schnittlauch, Kerbel, Petersilie Salz, weißer Pfeffer