

# Hier und heute



## **Karamellierte Lachsforelle mit Spargel-Tempura und eingelegtem Spargel und Rettich**

Julia Komp serviert eine Lachsforelle aus dem Ofen, dazu gibt es grünen Spargel im knusprigen Tempura-Teig sowie eingelegten Spargel und Rettich. Frische Frühlingsküche für Genießer

### **Rezept**

#### **Lachsforelle karamellisiert im Ofen mit grünem Spargel-Tempura und eingelegtem Spargel und Rettich**

von Julia Komp für 4 Personen

#### **Zutaten für die Lachsforelle**

- 4 Stücke Lachsforelle oder Lachsfilet à ca. 100 g
- Salz
- Spicy-Aburi-Sauce (siehe unten)

#### **Zubereitung**

Den Ofen auf 220 °C Oberhitze oder Grillfunktion vorheizen.

Die Lachsforellenfilets salzen.

Die Oberfläche großzügig mit der Spicy-Aburi-Sauce bestreichen.

Im oberen Drittel des Ofens etwa 2–3 Minuten garen, bis die Sauce leicht karamellisiert und goldbraun wird.

#### **Zutaten für die Spicy-Aburi-Sauce**

- 4 EL Mayonnaise (z.B. japanische Mayo)
- 2 EL Chilipaste (z.B. koreanische Chilipaste)
- 3 TL Sojasauce
- 1 TL Reisessig
- 1 TL Sesamöl
- 1 TL Limettensaft
- 1 TL Mirin (süßer Reiswein), alternativ etwas Zucker oder 1 TL Honig

#### **Zubereitung**

Mayonnaise, Chilipaste, Sojasauce, Reisessig, Sesamöl, Limettensaft mit süßem Reiswein, Zucker oder Honig glatt verrühren. Die Sauce bis zur Verwendung kalt stellen.

#### **Zutaten für das Spargel-Tempura**

- 12 grüne Spargelstangen
- 100 g Mehl
- 100 g Speisestärke
- 1 Ei
- ca. 200 ml Eiswasser, gerne auch mit Kohlensäure
- Pflanzenöl zum Frittieren
- Salz

#### **Zubereitung**

Grünen Spargel im unteren Drittel schälen und teilen (obere zwei Drittel für Tempura, unteres Drittel für das eingelegte Gemüse).

Mehl und Speisestärke mischen. Ei mit Eiswasser kurz verrühren und zu Mehl und Stärke geben— nicht zu lange und zu stark rühren, am besten nur mit der Gabel. Der Teig darf leicht klumpig bleiben.

Öl auf 170 °C erhitzen.

# Hier und heute



Spargel durch den Tempurateig ziehen und 2–3 Minuten knusprig ausbacken. Auf Küchenpapier abtropfen lassen und salzen.

## **Spargel und Rettich eingelegt – auf japanische Art**

### **Zutaten**

- unterer Teil des Spargels (Menge siehe oben)
- 1/2 kleiner Rettich
- 100 ml Reisessig
- 50 ml Wasser
- 1 EL Zucker
- 1 TL Salz
- optional: ein Stückchen Ingwer oder eine angedrückte Knoblauchzehe
- zum Anrichten: Sesam, Frühlingslauch, Limettenzeste

### **Zubereitung**

Reisessig, Wasser, Zucker und Salz verrühren, bis sich alles gelöst hat. Rettich in feine Scheiben hobeln. Grünen Spargel in dicke Scheiben schneiden.

Das Gemüse mit dem Sud vermengen und mindestens 30 Minuten ziehen lassen.

### **Anrichten**

Die karamellierte Lachsforelle auf Teller setzen. Spargel-Tempura daneben anrichten. Mit Sesam, Frühlingslauch und etwas Limettenzeste vollenden.