



Hier und heute

Lachs mit Pistazienrisotto und Fenchel

Julia Floß zaubert einen köstlichen Hauptgang fürs Fest: Lachs aus dem Ofen mit Kapern und Zitronenbutter, dazu Pistazienrisotto und Fenchel.

Das Rezept

von Julia Floß für vier Portionen

Zutaten für den Fenchel

- 1 Knolle Fenchel
- 2 EL Olivenöl
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 1 Zitrone
- 1 Prise Zucker

Zutaten für den Lachs

- 1 Lachsfilet (ca. 900 g) entgrätet, mit Haut (ohne Haut auch möglich)
- Salz
- schwarzer Pfeffer aus der Mühle
- 100 g Butter
- 1 Zitrone (ungespritzt)
- 1 kleine rote Zwiebel
- 50 ml Olivenöl
- 2-3 EL Kapern
- Piment d'Espelette (oder Cayennepfeffer)
- ½ Bund Dill

Zutaten für das Risotto

- 1 ¼ l Gemüse- oder Hühnerbrühe
- 2 EL Butter
- 1 Schalotte, gewürfelt
- 300 g Risotto-Reis
- 120 ml trockener Weißwein
- 100 g Pistazie
- 1 Knoblauchzehe
- 30 g Basilikum
- 110 g geriebener Parmesan
- 2-3 EL Olivenöl
- 1 Zitrone (Abrieb und Saft)
- Salz und Pfeffer

Zubereitung

Backofen auf 190 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Den Fenchel in mundgerechte Stücke schneiden. Mit Olivenöl, Salz, Pfeffer, Zitronenabrieb und -saft sowie einer Prise Zucker mischen und auf einem Blech oder in einer Auflaufform verteilen. Den Fenchel in den Ofen schieben und mindestens 30 Minuten backen. Zwischendurch wenden.



Hier und heute

Den Lachs mit der Hautseite nach unten in eine große Auflaufform legen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Butter in einer Pfanne zerlassen. Die Zitrone und die Zwiebel in ganz feine Scheiben schneiden und in die schäumende Butter geben. Die Butter leicht bräunen lassen. Olivenöl, Kapern und Piment d'Espelette dazugeben und kurz mitrösten. Die Zitronenbutter auf der Lachsseite verteilen und den Lachs 15 bis 20 Minuten im Backofen garen.

Für das Risotto die Brühe aufkochen und warmhalten. Zwei Esslöffel Butter in einem Topf zerlassen und die Schalottenwürfel darin andünsten, bis sie weich sind. Den Risottoreis hinzufügen und eine Minute mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und weiter rühren, bis er komplett aufgesogen wurde. Eine große Kelle heiße Brühe angießen und köcheln lassen, bis die Flüssigkeit ebenfalls vollständig aufgesogen wurde. Die heiße Brühe kellenweise dem Risotto zufügen, dabei ständig rühren und immer erst weiter angießen, wenn die Flüssigkeit vom Reis aufgenommen wurde. Dieses Verfahren so lange wiederholen, bis der Reis weich und cremig ist. Insgesamt dauert das 18 bis 20 Minuten.

In der Zwischenzeit ein schnelles Pistazienpesto zubereiten: Pistazien, Knoblauch, Basilikum, Parmesan, Zitronensaft und -abrieb fein mixen. Nach und nach etwas Olivenöl dazugeben, bis die gewünschte Konsistenz erreicht ist. Mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn das Risotto den gewünschten Biss hat, den Topf von der Flamme ziehen, das Pistazienpesto unterrühren, abschmecken und servieren. Den Dill fein hacken und über den Lachs geben.

Frohe Weihnachten!