



KENO  KENT

KÜCHE

Lachsfilet mit
Basilikumbutter
auf Salat



Zutaten für 4 Personen

pro Person ca. 200 g
Lachsfilet mit Haut
1 Bund Basilikum
1 Tasse Olivenöl
1 TL Salz
Zitronenpfeffer
125 g Butter
Öl zum Anbraten
1 Kopf Lollo rosso oder bionda
1 Handvoll Feldsalat
1 Handvoll Kräutersalat
½ Salatgurke
8 Kirschtomaten

Zutaten für das Maracuja-Dressing

100 ml Maracujasaft
200 ml Traubenkernöl
1 kleine Zwiebel gewürfelt
1 TL Salz
½ Chilischote
2 TL Zucker
2 TL Senf mittelscharf

Zubereitung

Salate putzen, waschen und abtropfen lassen.
Sämtliche Zutaten für das Dressing in einen Mixbecher geben und glatt pürieren. Das Olivenöl und die Basilikumblätter ebenfalls fein pürieren.

Das Fischfilet säubern und die Gräten ziehen.
Ein wenig Öl in einer Pfanne nicht zu heiß erhitzen.
Das Fischfilet salzen und in das Fett legen.

Nach 4 - 6 Min. die Pfanne mit einem Deckel verschließen,
vom Herd nehmen, den Fisch ca. 2 - 4 Min. ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Salatnester auf einem Teller
anrichten, mit Gurkenscheiben und den Kirschtomaten
verzieren und mit dem Dressing beträufeln.

Das Fischfilet aus der Pfanne nehmen und auf
das Salatnest legen.

Die Pfanne zurück auf den Herd stellen, die Butter
darin schäumend auflösen, das Basilikumpüree
hinein geben, salzen und auf die Fischfilets verteilen,
mit Zitronenpfeffer bestreuen.