

Bei Niedrigtemperatur gegarter Lachs mit Spargel- Risotto



Foto von Betty

Rezept von Elisabeth Opel, <http://www.elisabeth-opel.de/>

(Für 4 Personen)

Zutaten:

Für den Lachs:

4 St. Lachs-Tranchen (ohne Haut)
4 EL flüssige Butter
 $\frac{1}{2}$ Zitrone (Abrieb)
1 Bund Dill

Für das Risotto:

700 ml Geflügelbrühe
400g Spargel
1 Zwiebel
2 EL Olivenöl
350g Risotto-Reis
Salz und Pfeffer nach Belieben
100ml Weißwein
2 EL Parmesan, gerieben
1 EL Butter

Zubereitung:

Den Spargel schälen und in ca. 2cm große Stücke schneiden.
Den Lachs auf ein mit Butter eingefettetes Backblech legen.
Mit der flüssigen Butter bescpinseln und mit Zitronenabrieb und etwas Dill verfeinern. Bei 75°C Umluft ca. 20 Min. garen.

Währenddessen die Zwiebel schälen und fein würfeln.

Die CC auf 140°C erhitzen, das Flexi-Rührelement einsetzen.

Die Zwiebelwürfel und das Öl in die Kochschüssel geben und 3 Minuten anschwitzen. Die Abdeckung aufsetzen. Den Risotto-Reis zugeben und etwas anrösten. Anschließend mit einem Schuss Weißwein ablöschen. Dann etwas kochen lassen und sobald der Weißwein fast verkocht ist erneut ablöschen. Solange wiederholen, bis der Weißwein verbraucht ist. Dann mit der Hälfte der Geflügelbrühe auffüllen und auf Stufe 1 ca. 10 Min. weiterrühren. Den Rest der Brühe sowie den Spargel (ohne Flexielement, besser zu Kochrührelement wechseln, damit Spargel die Form behält) zugeben und weitergaren, bis das Risotto die richtige Konsistenz hat.

Mit dem Parmesan und der Butter, sowie Salz, Pfeffer und ggf. mit gehackten Kräutern abschmecken.

P.S. Beim Anrichten wurde auch noch etwas Feigen-Datteln-Creme, erhältlich bei Backkonzepten, zugegeben.