

Lachskoteletts (-filets) mit Sherryrahm

Fisch
Lachs

4 Personen

Zutaten:

2 Schalotten, 1 EL Butter;
4 cl trockener Sherry (Fino),
150 ml Fischfond (Glas),
200 g Schlagsahne,
600 g Gemüse (z.B. Paprika, Zucchini, Sellerie),
4 Lachskoteletts (je 200 g(oder Lachsfilet))
2 EL Olivenöl,
Salz, Pfeffer;
1 EL Kräuterblättchen

Vorbereitung:

Schalotten schälen und fein schneiden (feinfein)
Gemüse waschen klein würfeln
Lachs waschen trockentupfen

Zubereitung:

1. Scherrahm:

Schalotten in ½ El Butter andünsten, mit Fischfond und Sahne ablöschen Sherry angiesen und die Sahne sämig einköcheln lassen. warmstellen.

2. Lachs mit dem Gemüse

In einer großen Pfanne(oder Schmortopf) die restliche Butter und das Olivenöl erhitzen. Den Lachs von jeder Seite ca. ½ Minute anbraten. Herausheben, salzen pfeffern und beiseite stellen. Das Gemüse im Bratfett andünsten, salzen pfeffern. Lachs auf das Gemüse legen und bei schwacher Hitze fertig garen.(ca. 2-3 Minuten)

Sherryrahm abschmecken mit dem Lachs und dem Gemüse auf Teller anrichten.