



Lachs mariniert mit Süßkartoffel/Sellerie-Gemüse

Für 4 Personen:

800g Lachsfilet ohne Haut und ohne Gräten
50ml Nußöl
2 Kaffeelöffel roter Pfeffer , im Mörser gemahlen
20g kleingehackter Dill
100ml Olivenöl
Saft von 1 Zitrone
Fleur de Sel

Den Lachs in 4 gleichgroße Stücke teilen und ca. 15 Minuten in die Gefriertruhe legen, um eventuelle Bakterien abzutöten.

Die übrigen Zutaten zu einer leckeren Marinade vermischen.

Ein Backblech mit Backpapier auslegen, die Hälfte der Marinade daraufverteilen und die Lachsstücke darauf legen.

Die restliche Hälfte der Marinade über die Lachsstücke verteilen.

Mit Backpapier bedecken und ca. 1 -2 Stunden in den Kühlschrank stellen.

Für das Garen den Ofen auf 210°C vorheizen, das Backblech mit dem marinierten Lachs im Backpapier 8 Minuten(halbgar, auch sehr lecker) oder 11 Minuten(durchgegart) backen.

Direkt mit dem sehr leckeren Süßkartoffelgemüse servieren.

Süßkartoffel/Sellerie-Gemüse

600g Süßkartoffeln, in mundgerechte Stücke schneiden
2 Schalotten, kleingehackt
4 schöne Staudenselleriestangen – mit Kartoffelschäler schälen und in sehr feine Scheiben schneiden
Saft von 1 Limone
Saft von 1 Zitrone
2 Knoblauchzehen, gepreßt
½ Bund Koriander sehr kleingeschnitten
½ Bund Minze sehr kleingeschnitten
2 Suppenlöffel Sojasauce
2 Suppenlöffel Olivenöl
3 Suppenlöffel ungeschwefelte Rosinen

Die Süßkartoffeln ca. 15 Minuten im leicht kochenden Wasser garen, bis sie „stichfest“ weich sind.

Danach kurz im kalten Wasser abschrecken, Wasser abgießen und die Kartoffeln mit den Staudenselleriescheiben, der kleingehackten Schalotte und dem Knoblauch sanft verrühren.

Zitronen- und Limonensaft und Sojasauce dazugeben, dann die Rosinen unterheben.

Nun die Kräuter dazugeben.

Mit dem Lachs anrichten und einfach genießen – es ist genial lecker!!