

Lachsfilet an Zucchinirahm



Schottisches Lachsfilet 400 gr. , Kakaobutter, ¼ lt. Sahne, 2 mittelgroße Zucchini, 1/8 Weißwein, Salz, Pfeffer, Seestern's Fischgewürz, 1 roter Paprika, 1 kleingeschnittene Knoblauchzehe, 5 dkg Butter.

Die Lachsfilet's (a' ca.200 gr. ohne Haut) mit Seestern's Fischgewürz würzen. Danach auf einer Seite mit Kakaobutter bestreuen –und mit dieser Seite in eine fettlose Teflonpfanne – bei halber Hitze geben. In der Zwischenzeit die Zucchini halbieren und in 4mm dicke Scheiben schneiden. Paprika aushöhlen und in extra kleine Würfel schneiden. Den Lachs, der nun ca. 4 Minuten auf einer Seite gebraten hat, mit Kakaobutter bestreuen und in der Pfanne umdrehen (noch 2 Minuten weiterbraten –danach Pfanne zur Seite ziehen). In einer zweiten Pfanne die Butter erhitzen – Knoblauch und Zucchini für 4 Minuten darin schwenken – Paprikawürfel dazu –mit Weißwein ablöschen – Sahne dazu einkochen lassen , abschmecken