

## Lachs mit Sauerampfer-Sauce



© le menu

### ZUTATEN

ZUBEREITEN: ca. 20 Minuten

FÜR 6 Personen

#### LACHS

1,2 kg Lachsfilet, ohne Haut, in 6 gleich grossen Stücken

1 EL Bratbutter, flüssig, oder Bratcrème

1 TL Fleur de Sel

#### SAUERAMPFER-SAUCE

2 Bund Sauerampfer, grob gehackt

350 g Halbfettquark

½ Knoblauchzehe, gepresst

Salz, Pfeffer

Wenig Gemüsebouillon, ausgekühlt, nach Bedarf

### ZUBEREITUNG

#### LACHS

mit der Fleischseite nach unten in einer beschichteten Bratpfanne in der heissen Bratbutter 4–5 Minuten goldbraun braten. Wenden und nochmals ca. 2 Minuten bei mittlerer Hitze rosa braten, salzen. Im auf 60°C vorgeheizten Ofen warm stellen.

#### SAUCE

Sauerampfer bis und mit Pfeffer pürieren. Sauce nach Bedarf mit etwas Bouillon verdünnen. Lachs auf der Sauce anrichten.

#### Tipp

- Sauerampfer ist auf Wochenmärkten erhältlich.
- Seit kurzem ist der Swiss Lachs der Firma Swiss Alpine Fish bei mehreren grösseren Detailhändlern erhältlich. Dabei handelt es sich um einen Schweizer Zuchtlachs.

[www.lemenu.ch](http://www.lemenu.ch)