

Confierter Lachs

mit Frühlingszwiebeln, Salbei, Zitrone und Chili

Zutaten für 4 Personen

480g Lachsfilet
Salz, Pfeffer grob
1 Zitrone
2 Frühlingszwiebeln
8 Stk. Salbeiblätter
4 Stk. kleine Chili
1dl Olivenöl
1dl Sonnenblumenöl



Vorbereitung:

Ofen auf 70° Celsius Umluft vorheizen. Aus der Zitrone Zeste herstellen und den Saft auspressen. Frühlingszwiebeln waschen und in feine Ringe schneiden. Lachsfilet mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen. Restlicher Zitronensaft mit Oliven- und Sonnenblumenöl vermischen. Lachsfilet in ca. 2 Zentimeter dicke Tranchen schneiden und flach in eine Gratinform einschichten. Zitronenzeste, Frühlingszwiebeln, Salbei und Chili über den Lachs verteilen und mit dem Öl ganz bedecken.

Zubereitung:

Das Ganze nun für ca. 30 – 40 Minuten bei 70° Celsius in den Ofen schieben. Der Lachs sollte schön samtig und knapp durchgegart sein.

Anrichten:

Die Lachstranchen anrichten, mit etwas Öl beträufeln und mit einem buntem Frühlingsalat servieren.

Ä Guete!