

## So wird's g'macht

### Lachs mit Weißweinsauce und buntem Wintergemüse

#### Zutaten für 4 Personen:

#### 800 g gemischtes Wintergemüse:

Möhren  
Pastinake  
Petersilienwurzel  
1 Stange Lauch  
1 Esslöffel Butter

600 g Lachsfilet  
Salz  
Pfeffer  
eventuell Kerbel

#### Weißweinsauce:

1 Schalotte  
25 g Butter  
125 ml Weißwein  
75 ml Gemüsefond oder Geflügelfond  
100 ml Sahne  
etwas Maisstärke zum Andicken  
Salz  
Pfeffer

#### Zubereitung:

Das Gemüse waschen, schälen und in mundgerechte Stücke schneiden. Im Topf im stark gesalzenen Wasser kochen oder im Dampfgarer bei 100 °C 9 - 10 Minuten garen. Kalt abschrecken und zur Seite stellen.

Lachsfilet in Stücke schneiden, salzen und pfeffern und in der Pfanne auf der Hautseite 2 - 4 Minuten anbraten, bei 90 °C im Backofen 10 Minuten nachziehen lassen.

#### Weißweinsauce:

Die Schalotte schälen und in kleine Würfel schneiden. In einem Topf mit der Butter andünsten, mit dem Weißwein ablöschen, den Fond und die Sahne hinzufügen und alles einkochen lassen. Die Maisstärke mit etwas kaltem Wasser anrühren und die Sauce damit abbinden. Mit Salz und Pfeffer würzen und 20 g Butter zugeben.

Das Gemüse mit der Butter erwärmen, mit dem Fisch und der Sauce servieren.



Wir bedanken uns bei unserer Gourmetköchin Petra Braun-Lichter und dem Küchenstudio Prühäuser für die Unterstützung. Unsere Rezepte finden Sie auf [www.churu.de/ueber-churu/regional-genießen](http://www.churu.de/ueber-churu/regional-genießen)

