



shop.deutschesee.de

King Salmon

mit roh mariniertem Fenchel und Orangenöl

Zutaten für 4 Personen

King Salmon: Online kaufen im → shop.deutschesee.de

2 Pckg.	King Salmon Lachs
50 g	Butter
10 ml	Olivenöl
	grobes Meersalz

Fenchel:

3	kleine Fenchelknollen
100 ml	Olivenöl
30 ml	weißer Balsamessig
etwas	Salz & Zucker
10 g	frischer Dill, fein geschnitten
etwas	Limettenabrieb

Orangenöl:

4	BIO-Orangen
150 ml	Olivenöl
20 g	frischer Ingwer geschält, fein gerieben
2	Kardamomkapseln
	brauner Zucker, Salz, ½ rote Chili Schote, ohne Kerne, fein gehackt
1	Sternanis

Zubereitung:

- ▶ Abrieb und Saft von den Orangen mit Ingwer, Chili, Sternanis und dem Kardamom in einem Topf zum Kochen bringen und einköcheln lassen. Das Olivenöl dazugeben und mit Zucker und Salz abschmecken. Am besten über Nacht stehen lassen und dann durch ein Sieb giessen.
- ▶ Den Fenchel mit einem Gemüsehobel in feine Streifen schneiden. Fenchel mit Essig, Salz, Zucker und Limettenabrieb abschmecken. Olivenöl und Dill dazugeben und nochmals abschmecken.
- ▶ Den King Salmon mit kaltem Wasser abspülen und trocken tupfen.
- ▶ In einer Pfanne etwas Olivenöl erhitzen und den King Salmon bei mittlerer Hitze anbraten. Die Butter in die Pfanne geben und bei verringerter Temperatur ca. 6- 8 Min. schonend garen.
- ▶ Mit grobem Meersalz würzen.
- ▶ Fenchelsalat auf einem tiefen Teller anrichten, King Salmon darauf platzieren und mit dem Orangenöl umgießen.