

**▪ Die Küchenschlacht – Menü am 30. Juni 2025**  
**Leibgericht mit Cornelia Poletto**



**Torsten Schmidt**

**Geflämmerter Lachs mit Romsås, Drillingen und Wildkräutersalat**

**Zutaten für zwei Personen**

**Für den Lachs:**

2 Lachsfilets ohne Haut à 200 g  
Salz, aus der Mühle

Den Backofen auf 70 Grad Umluft vorheizen.

Bauchlappen vom Lachs entfernen. Lachs mit Salz würzen. Lachs im Backofen auf mittlerer Schiene für 25 Minuten garen. Lachs sollte innen noch leicht glasig sein. Kurz vor dem Servieren mit einem Flambierbrenner die Oberfläche des Fisches abflämmen bis dieser leicht gebräunt ist.

**Für die Romsås:**

40 g Forellenkaviar  
1 rote Zwiebel  
½ Zitrone, Saft  
200 g Crème fraîche  
200 g Naturjoghurt  
1 Bund Dill  
1 Prise Zucker  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Zwiebel abziehen und fein schneiden. Dill fein hacken. Alle Zutaten miteinander vermengen und mit Salz, Pfeffer, Zucker und Zitronensaft abschmecken. Bis zum Servieren kalt stellen.

**Für die Drillinge:**

400 g Drillinge mit sauberer Schale  
50 g gesalzene Butter  
Salz, aus der Mühle

Kartoffeln mit der Schale in Salzwasser kochen. Butter schmelzen und die gekochten Kartoffeln damit auf dem Teller übergießen.

**Für den Wildkräutersalat:**

80 g Wildkräutersalat-Mischung  
1 TL mittelscharfer Senf  
1 TL flüssiger Honig  
2 EL weißer Balsamicoessig  
2 EL Olivenöl  
Salz, aus der Mühle  
Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Salat waschen und trockenschleudern. Aus Senf, Honig, Balsamico und Olivenöl eine Vinaigrette anrühren. Miz Salz und Pfeffer abschmecken. Salat kurz vor dem Servieren mit der Vinaigrette vermengen.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Sollten Sie **Lachs** verarbeiten wollen, dann greifen Sie am besten auf pazifischen Lachs zurück. Laut WWF sind Fische aus folgenden Gebieten zu empfehlen (*Stand Juni 2025*):

- 1. Wahl (pazifischer Lachs): Nordostpazifik FAO 67: Alaska (Wildfang, alle Fangmethoden)
- 1. Wahl (pazifischer Lachs): Nordostpazifik FAO 67: Kanada, Buckellachs (*Oncorhynchus gorbuscha*), Ketalachs (*Oncorhynchus keta*): Umschließungsnetze (Ringwaden), Haken und Langleinen (Schleppangeln)