

EINZELREZEPT

Knusprige Lachsroulade



Aufwand

ca. 25 Min. Zubereitung

ca. 15 Min. Backzeit

ca. 35 Min. Gesamt

Einkaufen

für 2 Personen

Lachs 450 g

Sahne 80 g

Zitrone 1/4 Stk.

Salz 1 Prise

Pfeffer 1 Prise gemahlen

Kohlrabi 2 Stk. mit Blättern

Tramezzini 2 Stk.

Sonnenblumenöl 50 ml

Küche vorbereiten

Kochtopf mittelgroß

Winkelpalette

Frischhaltefolie

Pfanne beschichtet

Küchenholz

Vorbereiten

#1

Kohlblätter abzupfen und 3 Stücke in ca 8x4 cm Blätter zuschneiden und in kochendem Wasser für 20 Sekunden blanchieren. Danach sofort in kaltem Wasser abschrecken und mit einem Tuch trocken tupfen.

#2

den Kohlrabi mit etwas Salz 40 min im Ganzen kochen

#3

den Lachs zuschneiden, so dass eine gleichmäßiges Mittelstück übrig bleibt

Zubereiten

#4

die Lachsabschnitte mit den 80g Sahne, Zeste und Saft von ¼ Zitrone, Salz und Pfeffer fein in einem Küchenzerkleinerer zu einer Farce vermengen

#5

Das Tramezzini auf Folie auslegen mit dem Küchenholz glatt rollen

#6

Die Farce gleichmäßig auf dem Tramezzini verteilen, die Kohlblätter darauf legen und das Lachsfilet gesalzen in den vorderen Teil des Tramezzini legen

#7

Vorsichtig das Lachsfilet einrollen und mit 4-5 Umdrehungen fest in der Folie einwickeln, die Seiten straff umschlagen, dass eine gleichmässige Form erhalten bleibt

#8

Die Roulade mind 4 Stunden kühl lagern, damit sich das Eiweiss setzen kann

#9

Die Roulade in Sonnenblumenöl goldbraun braten und anschliessend bei 160°C ca 7 min (für medium) im Ofen garen

#10

zum Anrichten die Roulade in ca 1 cm breite Stücke schneiden