

Graved Lachs mit Béchamelkartoffeln

Der Graved – also mariniertes oder gebeiztes – Lachs war mal eine Zeitlang große Mode, dann ist der Lachs als Massenzuchtprodukt in Misskredit geraten, und man hat lieber darauf verzichtet. Unbedingt sollte man auch weiterhin sorgsam darauf schauen, woher man seinen Lachs bezieht – ein Bio-Siegel kann da helfen oder ein Markensiegel, das nur Produkten verliehen wird, die nachhaltig und schonend erzeugt wurden. Der Graved Lachs schmeckt milder und sanfter als der geräucherte. Das Beizen ist schonender und belässt ihm eine kernig-zarte und saftige Konsistenz.



Zutaten für 6 bis 8 Personen:

- 1 schöne Lachsseite von ca. 800 g
- 50 g Salz
- 50 g Zucker

Für die Würzmischung:

- 1 EL schwarzer Pfeffer
- 1 EL weißer Pfeffer
- 1 TL Piment
- 1 TL Senfsamen
- 1 TL Wacholder
- 1 TL Zucker

Zum Servieren:

- 1 Bund Dill

Zubereitung:

- Zunächst kriegt der Lachs eine Grundbeize. Dafür werden Salz und Zucker vermischt und auf der Fleischseite der Lachshälfte gleichmäßig verteilt. Mit Klarsichtfolie abdecken und jetzt erst mal eine halbe Stunde bei Zimmertemperatur ruhen lassen.
- In der Zwischenzeit die Gewürzkörner in einer trockenen Pfanne rösten, bis sie zu springen und zu duften beginnen. Im Mörser zerreiben.
- Vom Lachs überschüssige Salz-Zucker-Mischung abstreifen, stattdessen das Würzpulver darauf verteilen, gut festdrücken, wieder mit Folie abdecken, jetzt auf einer Platte in den Kühlschrank stellen und marinieren. Zwei Stunden mindestens, ruhig auch

bis zum nächsten Tag, dabei immer mal wieder wenden, also von der Hautseite auf die Bauchseite usw. und den Fisch in der dann entstehenden Beize baden lassen.

- Zum Servieren die Würzmischung abstreifen, mit Küchenpapier die Fleischseite abwischen. Das Filet von der Haut schneiden – auf dieser Rückseite das dunkle Dreieck längs der Mittellinie herausschneiden – dieser Teil schmeckt tranig und trübt das Vergnügen.
- Den Lachs in knapp halbzentimeterdünne Scheiben schneiden und servieren. Einfach zu dünn geschnittenem Roggenbrot oder auf einem Vorspeisensalat servieren. Oder zu

Béchamelkartoffeln

Die passen einfach umwerfend gut und machen aus dem Lachs ein sehr festliches Essen. Bei uns gibt es das oft an Heiligabend, weil sich alles bestens vorbereiten lässt. Eine Béchamelsauce ist übrigens mehr als nur eine mit Mehl angegedickte helle Sauce. Wichtig ist für ihren Geschmack, dass man mit der Mehlschwitze einen würzigen Ansatz herstellt, angereichert mit den klein geschnittenen Fettstreifen von rohem oder gekochtem Schinken, ein paar Gewürzen wie Senf, Pfeffer und Lorbeer. Das wird die Sauce prägen.

Zutaten für 4 Personen:

- 1 EL Butter
- nach Belieben etwas Schinkenfett (vom gekochten Schinken)
- 1 kleine Zwiebel
- 1½ EL Mehl
- ½ l Milch
- 2-4 Lorbeerblätter
- ½ TL Pfefferkörner
- ½ TL Senfsaat
- 1 Stück Zitronenschale
- Zitronensaft
- Dill oder Schnittlauch oder eine Mischung
- ca. 800 g Kartoffeln (jede festkochende Sorte ist geeignet, von Annabelle über Belana und Sieglinde bis Kipfler; mit den etwas mehligeren Sorten bindet die Sauce jedoch noch besser und wird besonders cremig)
- 1 Zweig Thymian
- etwas Chilischote nach Gusto

Zubereitung:

- Die Butter schmelzen, das Schinkenfett klein hacken und zufügen, auch die klein gehackte Zwiebel und den Thymianzweig mitdünsten. Das Mehl darin glatt rühren und aufschäumen lassen. Mit Milch ablöschen, die Gewürze zerreiben und mit Zitronenschale zufügen. Leise etwa 20 Minuten köcheln lassen. Die Sauce durch ein Sieb streichen, jetzt kräftig abschmecken (Muskat!) und mit viel Zitronensaft mutig säuern.

- In diese Sauce die gekochten, gepellten und in Scheibchen geschnittenen Kartoffeln rühren. Viel Dill!
- Zum Servieren jeweils einen Klecks Béchamelkartoffeln auf den Teller setzen, die Lachsscheiben daneben betten.

Getränk: zum Festessen auch ein festlicher Wein – einen kräftigen, trockenen und gereiften Weißburgunder, etwa vom Kaiserstuhl

Tipp: Wer schon am Morgen oder am Vortag vorbereiten will, stellt die Sauce fertig. Die Kartoffeln allerdings schmecken besser, wenn sie nicht länger als einen halben Tag abgekühlt sind. Dann kann man sie ruhig bereits pellen und in die Sauce rühren. Die muss man vor dem Servieren sehr behutsam erwärmen, damit sie nicht am Topfboden ansetzt. Wenn Sie eine Mikrowelle haben, erwärmen Sie lieber darin oder im Dampfgarer.