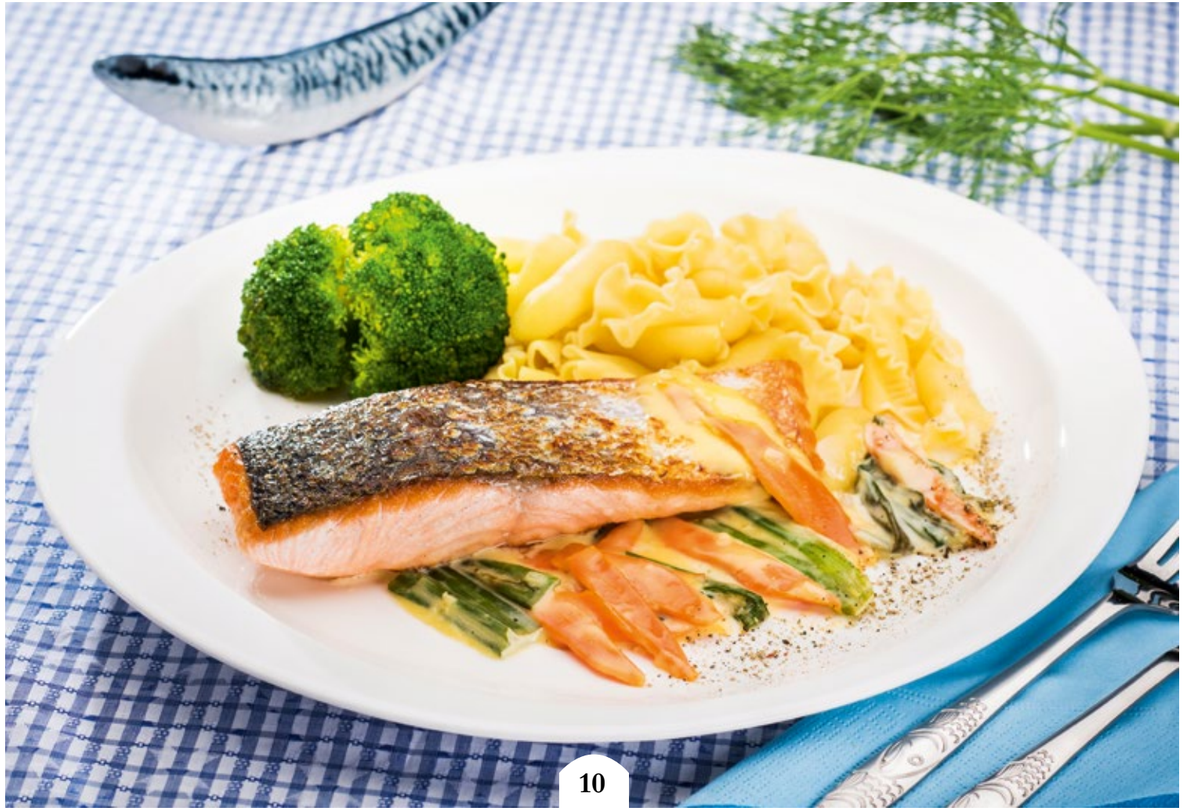

Lachsfilet

MIT ZITRONEN FIORI

EINFACH

ZUTATEN FÜR 4 PORTIONEN

400 g Bischof Zitronen Fiori
4 Lachsfilets
30 g Butter
2 Karotten
4 Frühlingszwiebeln
1 Brokkoli
3 EL Öl
Weißwein
¼ l Schlagobers
Gemüsefond
Salz, Pfeffer
Maizena
1 Zitrone

ZUBEREITUNG

- Die Lachsfilets säubern und trocken tupfen. Die Karotten und Frühlingszwiebeln in Stifte schneiden. Den Brokkoli putzen, zerteilen und in Salzwasser knackig kochen.
- Die Zitronen Fiori in reichlich Salzwasser ca. 8 Minuten bissfest kochen, abseihen und bereitstellen.
- In der Zwischenzeit die Karotten und Frühlingszwiebeln in einer Pfanne mit Öl rasch anbraten und mit Weißwein ablöschen. Gemüsefond und Schlagobers zugeben, aufkochen lassen und mit Salz und Pfeffer würzen. Bei Bedarf mit Maizena abbinden.
- Die Lachsfilets in einer Pfanne mit Butter auf beiden Seiten braten, mit Zitronensaft beträufeln, mit dem Gemüse und den Zitronen Fiori servieren.

BISCHOF-TIPP

FRISCHE ERBSENSCHOTEN AUS DEM GARTEN PASSEN HERVORRAGEND ZU GEGRILLTEM LACHS.