

Sülzchen von Lachs und Frühlingsgemüse

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 8
- **Vorbereitungszeit:** 25m
- **Zubereitungszeit:** 20m
- **Fertig in** 45m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '45', 'cook_time' : '20m', 'prep_time' : '25m', 'servings' : '8', 'yield' : '' });
```

Herrlich für die warmen Sommertage, da lohnt sich der Aufwand

Zutaten

- 500 g frisches Lachsfilet
- 250 g weißer Spargel
- 125 g Broccoli in Röschen geschnitten
- 3 - 4 Frühlingsmöhren
- 1 kleines Bund Kerbel, gezupft
- 2 Schalotten, gewürfelt
- 1/2 l gute Hühner -, Kalbfleisch -, oder auch Rinderconsommè
- 1/2 l trockener Riesling
- Etwas heller Balsamico
- 12 Blatt weiße Gelatine, eingeweicht
- Etwas Olivenöl
- Salz, Pfeffer, 1 Prise Zucker

Zubereitungsart

Schritt1

Die Vorbereitungen.

Schritt2

Den Spargel waschen, schälen, die Enden abschneiden und in kochendem Salzwasser mit etwas Zucker "al dente" kochen.

Schritt3

In Eiswasser kalt abschrecken und auf einem Küchentuch abtropfen lassen. Ebenso, nacheinander die Frühlingsmöhren im Ganzen und die Broccoli als Röschen.

Schritt4

Der Aspik:

Schritt5

Die Consommè erhitzen und mit dem Weißwein und dem Balsamico versetzen. Die eingeweichte, gut ausgedrückte Gelatine hinzu geben. Wieder etwas abkühlen aber flüssig lassen, herzhaft nachschmecken

Schritt6

Das Lachsfilet:

Schritt7

Das Lachsfilet waschen, in Stränge schneiden, mit Zitronensaft beträufeln, salzen und pfeffern.

Schritt8

Einige Schalottenwürfel glasig anschwitzen, den Lachs dazu geben und bei geschlossenem Deckel ca. 3 min. pochieren.

Schritt9

Heraus nehmen abkühlen lassen, der Fisch sollte innen rosa bleiben und keinesfalls übergaren.

Schritt10

Der Aufbau der Terrine:

Schritt11

Erfolgt unter Berücksichtigung des Farbenspiels wie folgt:

Schritt12

Eine Terrinen oder Kuchenform zunächst mit Klarsichtfolie auslegen und einen 1 cm dicken Aspikboden ausgießen.

Schritt13

Mit gezupften Kerbelblättern gleichmäßig ausstreuen.

Schritt14

Darauf folgen einige Stangen weißer Spargel, abwechselnd mit den Möhren und dem abgekühlten Lachs, der in die Mitte gesetzt wird.

Schritt15

Wiederum mit Gelée deckend begießen, mit Klarsichtfolie verschließen , kalt stellen, anziehen lassen.

Schritt16

Obenauf setze ich die halbierten Broccoli Röschen dicht an dicht und gieße sie wiederum in Aspik ein. Wenigstens 3 - 4 Stunden kalt stellen, besser am Tag vorher setzrn.

Schritt17

Die Vinaigrette:

Schritt18

Die Tomaten Vinaigrette bereite ich aus :

Schritt19

Einigen gehackten Schalotte, abgezogenen und in kleine Würfel geschnittene Tomaten, etwas Tomatensaft, Salz, Pfeffer, etwas Zucker, Balsamico, frischem, geschnittenem Schnittlauch und einem guten, kalt gepressten Olivenöl zu. Herzhaft abschmecken.

Schritt20

Anrichtevorschlag:

Schritt21

Die Sülze stürzen, (Mit der Klarsichtfolie kein Problem) und mit einem heißen Messer in fingerdicke Scheiben schneiden.

Schritt22

Auf gekühlten Tellern mit der Vinaigrette anrichten und mit frischen Salaten nach Marktlage und knusprigem Brot servieren.

Rezeptart: Kalte Vorspeisen **Tags:** bunt, leicht, tomaten vinaigrette **Zutaten:** Tomaten

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/suelzchen-von-lachs-und-fruehlingsgemuese/>