



## **Lachstartar mit Fenchelsalat**

### **Ein Rezept von Carsten Goms**

#### **Zutaten (für vier Portionen):**

##### **Lachstartar:**

- 300 g frisches Lachsfilet (Sashimi-Qualität)
- 1 TL Dijon-Senf
- 1 TL Limettensaft
- 1 TL Olivenöl
- 1 EL Schnittlauch, fein geschnitten
- 1 TL Schalotte, fein gewürfelt
- ½ TL Kapern, fein gehackt
- Salz und Pfeffer nach Geschmack

##### **Weißbrot:**

- 4 Scheiben Weißbrot (z. B. Brioche oder Baguette)
- etwas Olivenöl zum Bestreichen
- 8–12 Kapernäpfel (mit Stiel)
- etwas Olivenöl

##### **Fenchelsalat:**

- 2 Fenchelknollen
- Saft einer halben Zitrone
- 1 TL Honig
- 2 EL Olivenöl
- Salz, Pfeffer
- etwas Fenchelgrün zum Garnieren

##### **Zitronenschaum:**

- 200 ml Vollmilch (3,5 % Fett, am besten leicht kalt)
- 50 ml Sahne (für mehr Stand und Cremigkeit)
- 1 TL fein abgeriebene Zitronenschale (unbehandelt)
- 15–20 ml Zitronensaft (frisch gepresst, nach Geschmack)
- ½ TL Zucker oder Honig (optional, zum Ausbalancieren)
- 1 Prise Salz
- optional: ein kleines Stück Butter für runden Geschmack



### **Zubereitung:**

Die Fenchelknollen putzen, das Fenchelgrün aufbewahren. Jede Knolle der Länge nach vierteln, inklusive Strunk, damit die Viertel zusammenhalten. Mit etwas Olivenöl, Salz und Pfeffer einreiben. Auf dem Grill (am besten Gussplatte oder direkter Rost) von allen vier Seiten kräftig angrillen, bis Röstaromen und Grillmuster entstehen (je Seite circa zwei Minuten). Nach dem Grillen in eine Schüssel geben, Strunk entfernen und die gegrillten Viertel grob in Streifen schneiden. Sofort mit Zitronensaft, Honig, Olivenöl, Salz und Pfeffer marinieren. Lauwarm ziehen lassen.

Die Kapernäpfel mit Olivenöl einreiben. Auf dem Rost etwa eine Minute pro Seite grillen, bis sie leicht aufplatzen und Röstaromen annehmen.

Den Lachs in sehr feine Würfel schneiden. Mit Senf, Limettensaft, Olivenöl, Schalotte, Kapern und Schnittlauch vermengen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken, kühl stellen (aber nicht eiskalt).

Mit einem Metallring (8 bis 10 cm Ø) vier Scheiben aus dem Weißbrot ausstechen. Leicht mit Olivenöl bepinseln. Den geölten Servierring auf eine geölte, heiße Grillplatte stellen. Einen Weißbrotkreis in den Ring legen. Das Lachstartar gleichmäßig auf dem Brot verteilen und leicht andrücken. Bei mittlerer Hitze zwei bis drei Minuten grillen, bis die Unterseite goldbraun ist. Mithilfe zweier Wender den gesamten Ring vorsichtig umdrehen. Weitere zwei bis drei Minuten grillen, dann wieder umdrehen und den Ring entfernen.

Für die Zubereitung des Zitronenschaums Milch und Sahne in einem kleinen Topf vorsichtig erhitzen (nicht kochen, Ziel: ca. 60 °C). Bei zu hoher Temperatur fällt der Schaum später schneller zusammen. Zitronenschale und Zitronensaft hinzugeben. Den Zitronensaft erst nach dem Erwärmen zugeben, um eine Gerinnung zu vermeiden. Mit einer Prise Salz und ggf. etwas Zucker oder Honig abschmecken. Der Schaum soll frisch, aber nicht zu sauer sein. Man kann dem Schaum auch noch ein kleines Stück kalte Butter (ca. 5 g) zufügen, das gibt eine feinere Textur. Alles mit einem Milchaufschäumer oder einem feinen Stabmixer mit Luftzufuhr aufschäumen.

Zum Anrichten auf den Lachstartar etwas Zitronenschaum geben und Kapernäpfel dekorativ darauf legen. Den Fenchelsalat dazu servieren.