Lachsfilet unter Bröselkruste nach Tim Mälzer

Neulich bin ich zufällig beim “durchs Programm zappen” bei einer Kochshow hängen geblieben. Die Kochshow heißt “Tim Mälzer kocht” und ist aktuell nicht mehr im Programm, aber es laufen noch Wiederholungssendungen auf WDR. Und genau da bin ich eben hängen geblieben und hab mir angeschaut, wie Lachsfilet à la bordelaise zubereitet wurde. Mir lief das Wasser im Mund zusammen und ich notierte das Gericht direkt auf meiner imaginären Kochliste.

Allerdings darf man sich hier von dem Begriff “à la bordelaise” nicht irreführen lassen. Sauce bordelaise ist eigentlich eine lauwarme Sauce, die aus der Region um Bordeaux kommt. Ein wichtiger Bestandteil dieser Sauce ist Rotwein und das ist definitiv nicht Bestandteil dieser Knusperkruste. Deshalb nenne ich das Gericht hier auch anders.

So nahm ich mir also vor direkt nach dem Urlaub erstmal das Lachsfilet unter der Bröselkruste nachzukochen. Gesagt, getan und ich bin so begeistert, dass ich das Rezept mit Euch teilen möchte. Jeder kennt vermutlich die bekannten “Schlemmerfilets” aus der Tiefkühltheke, die auch so eine leeeeeckere Bröselkruste haben. Das hier wäre dann die selbstgemachte, einfache und super leckere Alternative!

Bevor es in den Ofen ging sah das Ganze dann so aus:

Lachsfilet unter Bröselkruste

- 4 Lachsfilets
- 1 Bund Petersilie
- 1-2 EL Tomatenmark
- 2 Knoblauchzehen
- 80 g Semmelbrösel
- 100 g weiche Butter
- 0,5 TL Estragon
- Salz, Pfeffer
- Olivenöl

1. Falls ihr TK-Lachs habt, diesen gut antauen oder sogar ganz auftauen

lassen.

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen (keine Umluft!!!). Eine Auflaufform mit etwas Olivenöl fetten, den Lachs unter kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen und in die Auflaufform legen. Leicht salzen und pfeffern.

Die Petersilie grob zerkleinern und mit den Semmelbröseln, dem Tomatenmark, dem Knoblauch und dem Estragon in einen Multizerkleinerer geben (oder in ein hohes Gefäß und mit dem Pürierstab pürieren). Alles fein zerkleinern, salzen und pfeffern und die weiche Butter dazugeben.

Die Bröselmischung gleichmäßig auf den Lachfilets verteilen und leicht andrücken.

Die Lachsfilets in den Backofen schieben und ca. 15-20 Minuten garen. Der Lachs darf noch leicht glasig sein.

Zum Lachsfilet unter der Bröselkruste gab es bei uns Kartoffelstampf und Erbsen.

Lasst es Euch schmecken!

Eure Paula