Kochwerkstatt Wiesbaden

Flammlachs vom Smoker auf gegrilltem Fenchelsalat mit karamellisierten Orangen

Zutaten:

Für den Flammlachs:

- 1 großes Lachsfilet mit Haut (etwa 1-1,5 kg)
- Meersalz
- Frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Olivenöl
- Eine Handvoll Buchenholzspäne (für den Smoker)

Für den gegrillten Fenchelsalat:

- 2 große Fenchelknollen
- 2 EL Olivenöl
- Salz und frisch gemahlener schwarzer Pfeffer
- Einige Spritzer frischer Zitronensaft
- Frische Kräuter nach Wahl (z.B. Dill, Petersilie)

Für die karamellisierten Orangen:

- 2 große Orangen
- 2 EL Zucker
- 1 EL Butter

Anleitung:

Flammlachs:

1. **Vorbereitung des Lachses:** Das Lachsfilet unter kaltem Wasser abspülen, trocken tupfen. Mit Olivenöl einreiben, dann großzügig mit Meersalz und Pfeffer würzen.
2. **Smoker vorbereiten:** Den Smoker auf etwa 120°C vorheizen und die Buchenholzspäne gemäß den Anweisungen deines Smokers hinzufügen.
3. **Räuchern:** Den Lachs mit der Hautseite nach unten auf den Grillrost des Smokers legen. Den Lachs für etwa 1,5 bis 2 Stunden räuchern, bis das Fleisch durchgegart ist und sich leicht mit einer Gabel zerteilen lässt.

Gegrillter Fenchelsalat:

1. **Fenchel vorbereiten:** Die Fenchelknollen waschen, den Strunk entfernen und den Fenchel in etwa 1 cm dicke Scheiben schneiden.
2. **Grillen:** Die Fenchelscheiben mit Olivenöl einpinseln und mit Salz und Pfeffer würzen. Auf einem vorgeheizten Grill (oder einer Grillpfanne) bei mittlerer Hitze von beiden Seiten grillen, bis sie weich sind und Grillmarken haben.

3. **Anrichten:** Den gegrillten Fenchel in eine Schüssel geben, mit Zitronensaft, Olivenöl, Salz, Pfeffer und frischen Kräutern abschmecken.

Karamellisierte Orangen:

1. **Orangen vorbereiten:** Die Orangen schälen und in etwa 5 mm dicke Scheiben schneiden.
2. **Karamellisieren:** Zucker in einer Pfanne auf mittlerer Hitze schmelzen, bis er goldbraun wird. Die Butter hinzufügen und verrühren. Die Orangenscheiben in die Pfanne geben und von beiden Seiten karamellisieren lassen.

---

www.kochwerkstatt-wiesbaden.de | 06126/9592825

65510 Idstein | Wiesbadener Straße 82