

# Lachsfilet auf Kartoffelpüree mit Estragonsoße

## Zutaten für 2 Personen:

- 250g Lachsfilet
- 20g geriebener Hartkäse
- 2 große Tomaten
- 1 Knoblauchzehe
- 600g Kartoffeln
- 200g Kochsahne
- 1TL Gemüsebrühe
- 10g Estragon/ Petersilie
- Öl, Salz, Pfeffer
- Wasser, etwas Milch



## Zubereitung :

- 1) Kartoffeln schälen und in 2cm große Stücke schneiden. Diese dann in gesalzenem Wasser 15min kochen. Petersilie waschen und fein hacken. Estragon waschen und Blätter abzupfen.
- 2) Knoblauch abziehen, in eine kleine Schüssel pressen und mit Petersilie, geriebenem Hartkäse sowie Salz und Pfeffer vermengen. In einem hohen Rührgefäß 50ml Wasser mit der Kochsahne, Estragon und Gemüsebrühe verrühren. Estragon ist sehr intensiv. Daher Vorsicht beim Würzen, ggf erstmal weniger nehmen.
- 3) Tomaten waagrecht halbieren und mit der Schnittseite nach oben auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Petersilienbrösel auf den Schnittflächen verteilen und im vorgeheizten Backofen (220Grad Ober-/Unterhitze) 12-15min backen.
- 4) Lachsfilet leicht salzen und je 4min von beiden Seiten in einer großen Pfanne in 1EL Öl braten. Lachs herausnehmen und beiseite stellen. Die Pfanne mit Papier auswischen, wieder auf den Herd stellen und mit der vorbereiteten Soße ablöschen. Diese bei mittlerer Hitze zum Kochen bringen und 2-3min eindicken lassen. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 5) Kartoffeln nach der Garzeit abgießen, mit einem Schluck Milch zu einem Püree stampfen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Wer mag gibt noch einen Esslöffel Butter dazu.
- 6) Kartoffelpüree, Lachs sowie gebackene Tomaten auf den Tellern anrichten und mit Estragonsoße genießen..



Guten  
Appetit

