

Rezepturen

(Rezepturen für jeweils 4-6 Personen)

LACHS IM PROSCIUTTO MANTEL

Zutaten für Lachs:

| | |
|--------|--|
| 4 Stk | Lachstranchen à je ca. 150-170 g, gehäutet |
| 4 Stk. | Fontina oder Käse nach Geschmack |
| 4 Stk. | Lorbeerblätter |
| 8 Stk. | Rohschinken |
| etwas | Meersalz, Pfeffer |

ZUBEREITUNG:

Die Käsescheiben auf die Grösse der Lachsfilet zuschneiden. Auf jedes Stück Fisch ein frisches Lorbeerblatt und eine Scheibe Käse legen, dann 2 Scheiben Schinken darum wickeln.

Den Fisch auf ein Backblech (oder Grill) legen, in den vorgeheizten Backofen bei 200° C schieben und je nach Dicke der Lachsfilet 10-15 Min. garen. Wenn Sie diese gleich mit der Polenta servieren möchten, dann zuerst die Polenta backen, und anschliessend den Lachs in den Backofen schieben☺.

ZITRONEN POLENTA AUS DEM OFEN

Zutaten für Polenta:

| | |
|--------|--------------------------------------|
| 250 g | Butter |
| 3 Stk. | Zitronen |
| 125 g | Polenta |
| 125 g | Mehl |
| 1 EL | Zucker |
| 1 EL | Salz, Pfeffer |
| 1 lit. | Flüssigkeit (Wein + Wasser gemischt) |
| 100g | Parmesan |

ZUBEREITUNG:

Polenta mit Wasser und Wein kurz aufkochen. Mit Butter, 2 Zitronen, abreiben und auspressen. Die restliche Zitronen in dünne Scheiben schneiden und beiseite stellen. Zitronenschale und Saft unter die klurz aufgekochte Polenta rühren. Alles begeben – in eine gefettete Form füllen und mit den Zitronenscheiben belegen.

Im vorgeheizten Backofen bei 180° ca. 25 Minuten backen. Die Temperatur auf 160° reduzieren und weitere 10 Minuten backen, bis sich der Teig vom Rand löst und an einem eingestochenen Stäbchen kein Teig mehr haftet. Heiss oder zimmerwarm servieren.

Mit dem Lachsfilet im Schinkenmantel oder einer anderen Speise servieren☺.