



Kochen
mit Globus

Lachs
mit Schnittlauch-Gemüse




Zutaten:

600 g Lachs
500 g Möhren
2 Bund Frühlingslauch
40 g Butter
2 TL Mehl

250 ml Wasser
70 g Schnittlauch
2 Baguette
etwas Zitronensaft
Salz, Pfeffer

*Dazu passt:
ein trockener Weißwein*

 4 Personen

 45 Min.

 Schwierigkeitsgrad



Schauen Sie das
passende Zubereitungs-
video auf YouTube an!

www.youtube.de/Globus

Zubereitung:

Die Möhren schälen und in schmale Streifen schneiden. Den Frühlingslauch waschen, putzen und schräg in Ringe schneiden. Das Lachsfilet kalt waschen, trocken tupfen und mit Zitronensaft, Salz und Pfeffer würzen.

Die Butter in einem Topf erhitzen, das Mehl darin unter Rühren anschwitzen. 250 ml Wasser mit einem Schneebesen einrühren, das Gemüse untermengen und aufkochen. Den Lachs darauf legen und alles bei schwacher Hitze zugedeckt ca. 10 Minuten garen.

Die Lachsfilets auf Teller heben. Den Schnittlauch klein schneiden, mit Salz und Pfeffer unter das Gemüse mischen und zum Lachs servieren. Dazu gibt es frisches Baguette.

