






## Färöer Lachs auf Rote-Bete-Risotto

 Mittel  35 min  2 Personen

### Zutaten

- 4 handfiletierte Portionen Färöer Lachs mit Haut à 80 g  
Art.-Nr. 83435 auf [www.deutscheesee.de/shop](http://www.deutscheesee.de/shop)
- 1 Schalotte
- 150 g Risotto-Reis
- Öl zum Anbraten
- 100 ml Weißwein
- 400 ml Geflügelbrühe
- 100 ml Rote-Bete-Saft
- 200 g grüner Spargel
- 100 g Rote Bete, gekocht
- 50 g Parmesan
- 1-2 EL Butter
- Meersalz
- Pfeffer aus der Mühle
- Frische Kresse
- Frischer Dill

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür

### Zubereitung

#### Schritt 01

Schalotte würfeln und zusammen mit dem Reis in heißem Olivenöl glasig schwitzen, mit Weißwein ablöschen und einkochen lassen. Geflügelbrühe und Rote-Bete-Saft erhitzen und den Reis damit nach und nach aufgießen, so dass dieser immer mit Flüssigkeit bedeckt ist. Bei kleiner Hitze unter häufigem Rühren ca. 15 Minuten garen.

#### Schritt 02

Spargel putzen, in kochendem Salzwasser al dente garen und anschließend kurz mit kaltem Wasser abschrecken. Rote Bete würfeln, Parmesan reiben und zusammen mit der Butter nach ca. 15 Minuten zum Risotto geben. Alles gut verrühren, mit Salz und Pfeffer abschmecken und vom Herd nehmen.

#### Schritt 03

Für den Lachs eine Pfanne heiß werden lassen und Öl hinzugeben. Fisch trocken tupfen und bei mittlerer Hitze zunächst auf der Hautseite braten. Lachs nach 6 Minuten umdrehen, auf der Fleischseite weitere 4 Minuten braten und mit Salz und Pfeffer würzen. Spargel mit in die Pfanne geben und kurz im Bratfett erwärmen. Risotto in die Mitte des Tellers geben, Lachs darauf anrichten und grünen Spargel drumherum. Mit frischen Kräutern wie Kresse und Dill garnieren.

#### Tipps & Tricks

Kurz vor dem Wenden des Fisches eine Flocke gute Butter in die Pfanne geben.

Unser Online Shop: Lieferung bis an die Haustür