

Kräutercremesuppe mit Lachs



- Lachsfilets
- Fischgewürz, alternativ Pfeffer und Salz

Für die gebundene Suppe:

- 1 Esslöffel Butter
- 1 gehäufte Esslöffel Mehl
- 4 Frühlingszwiebeln in feine Ringe geschnitten
- 2 Bund Kräuter (z.B. Dill und Petersilie) grob gehackt
- 1 Liter Gemüsebrühe
- 2 Esslöffel Schmand
- den Schalenabrieb einer halben Zitrone
- Pfeffer/Salz

Die Frühlingszwiebeln in der Butter ganz kurz anbraten. Dann das Mehl dazu und gut verrühren. Jetzt die Brühe dazu und mit einem Schneebesen alles gut durchrühren. Die Suppe ca. 5 Minuten köcheln lassen.

Den Lachs in einen geeigneten Vakuumbeutel vakuumieren und für 20 Minuten bei 45-48 Grad in das sous vide Wasserbad.

Kurz vor dem servieren den Schmand und die grob gehackten Kräuter zur heißen Suppe geben und alles mit einem Stabmixer durchmixen. Dann noch mit Pfeffer und Salz abschmecken und den Zitronenabrieb dazugeben. Den Lachs befreit Ihr dann aus dem Vakuumbeutel.

Zum servieren die Kräutercremesuppe einem Suppenteller anrichten, den Lachs hineingeben und alles mit Fischgewürz, oder mit Pfeffer und Salz würzen. Gegebenenfalls den Lachs noch von seiner Haut und der braunen Transchicht unter der Haut befreien.