



Schneidebohnen mit geschmolzenem Lachs und Pfifferlingen

Das Gericht aus geschmorten Bohnen und Karotten kennt kaum jemand. Es stammt aus der Küche meiner Mutter, das Gemüse seinerzeit aus ihrem Garten. Butter und reichlich frische Petersilie heben es in einen Gourmethimmel des bescheidenen Kleingärtners. Pfifferlinge vom Waldesrand und Lachs (aus dem TK-Vorrat) tragen die Teller in noch „höhere“ Sphären! Auf einen guten Flug und eine zufriedene Landung!

Stangenbohnen, in feine Streifen geschnitten, ebenso Möhren und Zwiebelchen in Streifen, werden kurz in ca. 1 EL Butter angeschmort. Schinkenstreifen hinzufügen und gemeinsam in Ruhe Farbe nehmen lassen. Dann die Hitze herunterschalten. Mit wenig Salz, Pfeffer und Kümmel würzen. Einen Schluck Wasser zugeben und halb aufgedeckt leise ca. 30 Minuten (oder mehr) schmurgeln lassen. Es gibt an dieser Stelle kein „Zuviel“, sondern eher ein „Zuwenig“. Bohnen entfalten ihr großartiges Aroma ab dem Moment, wenn sie gar und buttergebräunt sind. Dennoch aufpassen, damit nichts



ansetzt. Besser und präziser kann ich die Butterböhnchen der Mutter nicht beschreiben

Währenddessen Lachs in eine flache Auflaufform legen. Restliche 2 EL Butter mit Zitronenabrieb, Teriyaki-Sauce und Panko-Bröseln sowie Salz und Pfeffer vermengen. Lachs mit der Paste bestreichen. Backofen auf 220 °C vorheizen. Lachs ca. 8 bis 10 Minuten in den Ofen geben. Nicht zu lange garen, damit er saftig bleibt.

Tipp: Gehackte Nüsse, z. B. Cashewkerne unter die Paste mischen. Dann nur für 6 Minuten im Ofen garen und stattdessen Oberhitze zuschalten, damit eine Kruste entsteht. Zum Schluss noch etwas zerlassene Butter mit dem Pinsel darüber träufeln.

-2-

Pfifferlinge zunächst in der trockenen Pfanne anbraten, dann Butter hinzufügen. Wenn die Pilze gebräunt sind, mit Salz und Pfeffer würzen. Vor dem Servieren mit Kräutern bestreuen. Lachs mit Parmesan bestreuen, auf ein Bett von

Bohngemüse setzen und den Fisch mit Pfifferlingen umgeben. Fisch mit Parmesan bestreuen. Das Gericht mit dem Rest Garflüssigkeit aus der Auflaufform umträufeln.

Zutaten

Für 2 Portionen

Menge	Zutat
	Das Bohnen-Möhren-Gemüse
500 g	Stangenbohnen (geputzt, in feine Streifen)
1 Hand voll	mitteldicke Möhren (in feine Streifen)
1 bis 2	Schalotte (fein gewürfelt)
6 bis 8	in Öl eingelegte Tomaten (feine Streifen)
Ca. 100 g	geräucherte Schinkenstreifen
½ Bund	Petersilie
	Die Pfifferlinge
2 Hand voll	Pfifferlinge (geputzt)
1 Hand voll	weitere Pilze (Kräuter- oder Austernseitlinge)
1 Zehe	junger Knoblauch (fein geschnitten)
½ TL	Kümmel (fein gehackt)
	Salz, Pfeffer
	Der geschmolzene Lachs
2	Lachsfilets
Etwas	Mehl
	Salz, Pfeffer
4 EL	Parmesan (frisch gerieben)
3 EL	weiche Butter
1	Bio-Zitrone (etwas Saft und Abrieb)