Lachs mit Grünspargel

und Orangen-Süssholzsauce

dg: sg

2 Personen

2 Frischlachstranchen, ohne Haut
Salz & weisser Pfeffer
Plattiereisen
Klarsichtfolie

Ofen oder Holdomat auf 80 Grad U/Oberhitze vorheizen.
Die Lachstranchen mittels Plattiereisen auf 2.5 cm Höhe plattieren.
Salzen & pfeffern.
Gratinform ausbuttern, Lachs hineingeben. Mit Klarsichtfolie bedecken und 25 Minuten bei 80 Grad garen. Bei 50 bis 55 Grad Kerntemperatur Ist der Lachs superzart und saftig.

500 g Grünspargel
Olivenöl
Salz & schwarzer Pfeffer

Den zweiten Ofen auf 250 Grad Umluft vorheizen.
Die untere Spargelhälfte wegschneiden. Die obere Hälfte in eine Gratinform legen, mit Olivenöl beträufeln, salzen & pfeffern und im Ofen bei 250 Grad 10 Minuten garen.

Orangensauce
1 Schalotte, fein gehackt
2 Navelina-Orangensaft, frisch gepresst
1 EL kandierte Orangenschalen, gehackt
1 EL Grand Marnier
1 g Süssholzpuder
80 g Butterwürfel, kalt
2 Prisen Piment d'Espelette
Salz

Schalotten in 1 EL Butter anziehen, mit Orangensaft aufkochen und auf 3 Esslöffel reduzieren. Orangenschalen und Grand Marnier zugeben, kurz aufkochen und Süssholzpuder einrühren. Kalte Butterwürfel untermixen, mit Piment und Salz abschmecken.
Die frische Säure kommt von den Navelinas.