

Lachstranche mit Wasserspinat

dg: g-sg

Zuerst das Basilikumöl bereiten.

2 Personen

1 Lachstranche à 300 g

Salz & Pfeffer

Olivenöl

Lachstranche auf 2 cm plattieren. Salzen & pfeffern. Beidseitig je 2 Minuten in Olivenöl braten. Inzwischen den Wasserspinat zubereiten.

Wasserspinat

1 Bund Wasserspinat

Salz & Pfeffer

Olivenöl

Wasserspinat waschen.

Bratpfanne erhitzen, Olivenöl zugießen, Wasserspinat zugeben, salzen & pfeffern. Zusammenfallen lassen. Die Garzeit dauert etwa eine Minute.

Basilikumöl

80 g Basilikumblätter

1.5 dl Traubenkernöl

10 g Liscio (Blattpeterli), blanchiert, für die Farbe

Nur Liscio 1 Minute in Salzwasser blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Zum Trocknen in Küchencrepp oder einem Tuch kräftig auspressen.

Basilikum und Liscio mit dem Öl im Cutter etwa 3 Minuten auf Höchststufe mixen. Es darf sich keinesfalls erwärmen, u. U. den Cutter stossweise betätigen.

Ein, zwei Stunden ziehen lassen. Erst durch ein feinmaschiges Spitzsieb, dann durch einen feineren Filter (Baumwoll- oder Leinentuch...) die Kräuterteile herausfiltern.

Im Kühlschrank aufbewahren.