Zitronenspätzle mit Lachs und einer Safran-Sauce

Für 2 Personen

Zutaten :

- 240 g Lachsfilet
- 1 Ei
- 0,1 g Safran
- 200 ml Vollmilch
- 60ml Sahne
- 1 Schalotte
- 0,4 Zitrone
- Mineralwasser mit Kohlensäure
- Weizenmehl Typ 405
- Salz und weißer Pfeffer
- Butter
- Olivenöl
- Knoblauch

Kochanleitung:

1: Schalotte und Knoblauch schälen und klein würfeln.

2: Butter in einem Topf zerlassen. Darin Schalotten und Knoblauch ca. 5 Minuten anschwitzen. Das Mehl dazugeben und unter Rühren etwa 1 Minute braten. Die Milch dazugeben und 5 Min köcheln lassen. Anschließend die Sauce durch ein Sieb passieren und wieder zurück in den Topf geben. Sahne und Safran dazugeben, mit Salz und weißem Pfeffer würzen und 5 Minuten köcheln lassen, bis die Sauce eindickt. Dann die Sauce vom Herd nehmen und warm halten.

3: Zitrone gründlich waschen, abtrocknen und Schale abreiben. Das Mehl mit Salz und Zitronenabrieb in einer Schale mischen. Die Eier und 2/3 des Wassers dazugeben und alles zu einem Teig rühren. Das restliche Wasser nach und nach hinzufügen und mit einem Kochlöffel kraftig mischen, bis der Teig homogen ist.

4: Gesalzenes Wasser in einem großen Topf zum Köcheln bringen. Den Teig in leicht kochendes Salzwasser schaben. Dafür das Brett kurz ins heiße Wasser tauchen und etwas Spätzleteig darauf verteilen. Das Brett schräg über den Topf halten und mit einem Messer dünne lange Teigportionen abstechen. Die Spätzle ca. 3 Minuten kochen.

5: Öl in einer Pfanne erhitzen, Lachs mit Salz und Pfeffer würzen und auf der Hautseite mit Rosmarin für etwa 5 Minuten vorsichtig braten. Die Hitze reduzieren und den Fisch wenden und weitere 3-5 Minuten braten.

6: Die Spätzle mit dem Lachs und der Safran-Sauce servieren.