

Rezeptvorschlag
Februar 2011

"Wirsinglasagne mit Lachs, rosa Pfeffer und Couscous"

Eine scheinbar bürgerliche Lasagne mit raffiniertem Innenleben. Das Besondere dieser Lasagne ergibt sich aus dem Zusammenspiel zwischen deftigem Wirsing und dem mit rosa Pfeffer parfümierten Lachs, der mit einer fruchtigen Bechamel-Soße und Couscous gebändigt wird.

Zutaten für 3-4 Personen:

12-15 große Wirsingblätter (von außen ablösen)
500g rohes Lachsfilet (zertifiziert!), ersatzweise Räucherlachs (davon reichen 300g)
1 TL rosa Pfefferbeeren*
ca. 5 Essl. Couscous*
1 Zitrone
Salz*
0,1l Orangensaft*
Butter
2 Essl. Mehl
0.2l Milch
0.2l Brühe
½ Tüte geriebenen Emmentaler



*in unserem Weltladen erhältlich

Vom Wirsingkohl Blätter ablösen, die Blattrippen heraus- oder flach schneiden. In kochendem Salzwasser 5 Min. blanchieren, danach kalt abschrecken und trocken tupfen.

In einer Schüssel den Saft einer Zitrone und 1 Teel. gut gemörserte rosa Pfefferbeeren mit ½ TL Meersalz verrühren. (Bei Räucherlachs kein Salz!). Den Lachs in mundgerechte Streifen schneiden und mit der Marinade vermischen.

Aus Butter und Mehl eine helle Einbrenne herstellen, mit Brühe und Milch aufgießen und leicht einkochen lassen. Den Orangensaft dazu geben. Die Soße darf nicht zu dicklich sein, weil sie sonst den Couscous nicht aufsaugen kann. Lieber noch etwas Flüssigkeit dazu geben.

Eine Springform oder Auflaufform einfetten (oder einen Römertopf oder einen La Chamba* Topf wässern). Die Form/den Topf mit den Wirsingblättern auslegen, so dass die Blätter über den Rand hinaus lappen. Ein paar Essl. Soße hineingeben, etwas Lachs verteilen. Mit 2 Essl. Couscous bestreuen. Wirsingblätter darüberlegen. Diesen Vorgang wiederholen, bis alles aufgebraucht ist. Zum Schluss auf das letzte Wirsingblatt Emmentaler streuen und mit Butterflöckchen besetzen. Die überlappenden Wirsingblätter nach innen schlagen.

Bei 200-220°C eine Viertel Stunde im Ofen zugedeckt backen, dann 15 Min abgedeckt. Etwas ruhen lassen vor dem Aufschneiden. Die Lasagne schmeckt am nächsten Tag wieder aufgewärmt noch besser!

Dazu passt gut ein frischer leichter italienischer Rotwein, oder ein Chenin oder Chardonnay*.

Viel Freude mit diesem Rezept wünscht Ihnen

Ihr Weltladen-ZeichenDerZeit Team!