

## **Sauerkraut mit Lachsfilets**

Um zwei bis vier Personen – je nach Appetit – davon satt zu kriegen, schälen wir zwei Zwiebeln, vierteln sie, lassen sie glasig dünsten und fügen wir eine feingehackte Knoblauchzehe hinzu. Nun werden gut 500 Gramm Sauerkraut in den Topf gegeben und mit etwa 600 Milliliter Gemüsebrühe aufgefüllt. Das Ganze darf jetzt ungefähr 15 bis 30 Minuten vor sich hin köcheln, wird ganz frisches Sauerkraut verwendet, darf es auch bis zu 50 Minuten sein. Unterdessen rühren wir circa 100 Gramm Crème Fraîche unter das Kraut und würzen alles mit einem halben Teelöffel schwarzem Pfeffer aus der Mühle, drei Lorbeerblättern, einem Teelöffel grobkörnigen französischen Senf, einer Messerspitze Koriander, einer Messerspitze Kreuzkümmel und einer Messerspitze von Kräutern der Provence. Schließlich schmecken wir das Sauerkraut mit Meersalz ab.

Während das Kraut noch köchelt, vermischen wir etwa 150 Gramm Crème fraîche mit zwei Esslöffeln grobkörnigem französischen Senf. Wir füllen das Kraut in eine Auflaufform und verteilen darauf circa 600 Gramm Lachsfilet in mehreren Stücken. Das Lachsfilet bestreichen wir mit unserer Senf- Crème Fraîche Mischung. Nun kommt das alles in den Backofen, wo es noch einmal ungefähr 30 Minuten bei 160 Grad Umluft garen muss. Gleich servieren – ein Genuss!

## **Sauerkraut mit Lachsfilets – Im Überblick**

**2 Zwiebeln schälen und glasig dünsten,  
Knoblauchzehe hacken und dazu geben.**

**550 Gramm Sauerkraut zu Zwiebeln und Knoblauch geben,  
mit 600 Milliliter Gemüsebrühe auffüllen.**

**Alles 15 bis 30 Minuten köcheln lassen.**

**Zwischendurch 100 Gramm Crème Fraîche unterrühren. Mit**

**½ Teelöffel (TL) schwarzem Pfeffer aus der Mühle,**

**3 Lorbeerblättern,**

**1 TL grobkörnigem französischen Senf,**

**1 Messerspitze Koriander,**

**1 Messerspitze Kräuter der Provence,**

**1 Messerspitze Kreuzkümmel würzen.**

**Mit Meersalz abschmecken.**

**150 Gramm Crème Fraîche mit 2 Esslöffel grobkörnigem franz. Senf mischen.**

**600 Gramm Lachsfilets in 4 – 5 Stücke teilen.**

**Sauerkraut in Auflaufform füllen und den  
Lachs darauf verteilen.**

**Lachs mit Crème Fraîche-Senf Mischung bestreichen und  
30 Minuten bei 160 Grad Umluft garen.**

**Das Ganze mit Backkartoffeln servieren**

Dazu empfehlen wir einen Riesling, beispielsweise den

**2009 Baden Riesling Edition Fritz Keller, (<http://www.weinblaettchen.de/?p=267>)**

oder den

**Verdicchio dei Castelli di Jesi Classico Le Vele**  
(<http://www.weinblaettchen.de/?p=233>).