

# Sous Vide Lachs mit Blumenkohlpüree

**Autor:** Mario Gamba

**Garzeit:** 11 Minuten



## Zutaten

Für 4 Personen

### Lachs (Sous Vide):

320 g Lachsfilet  
Olivenöl

### Blumenkohlpüree:

2 Köpfe Blumenkohl  
1 weiße Zwiebel  
250 ml Gemüsebrühe  
500 ml Sahne  
50 g Butter  
Salz, Pfeffer, Muskat

### Soja-Koriander-Reduktion:

200 ml Sake (=aus Japan) ca. 15 % vol.  
100 ml Reiswein =aus China, ca. 14 % vol.  
1 Eßl. Misopaste, dunkel  
Etwas Speisestärke  
1 Tl. Frisch geriebener Ingwer  
1 Tl. Limettenschale  
40 g Brauner Rohrzucker  
3 Eßl. Frisch gehacktes Koriandergrün

## Zubereitung

### Lachs (Sous Vide):

Lachsfilet in 80 g schwere Würfel portionieren, mit etwas Olivenöl in einen Siegelrandbeutel geben und vakuumieren. Bei 49 °C im Sous Vide Wasserbad des **fusionchef** 11 Minuten Sous Vide garen.

### Blumenkohlpüree:

Die Zwiebeln schälen und in feine Streifen schneiden. Den Blumenkohl grob kleinschneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebelstreifen andünsten. Den Blumenkohl dazugeben und mit der Brühe und der Sahne auffüllen. Den Topf schließen und den Blumenkohl kochen lassen bis er weich ist. Nun alles in einem Mixer fein pürieren und mit Salz, Pfeffer und frisch geriebenen Muskat abschmecken.

### Soja-Koriander-Reduktion:

Für die Sauce den Reiswein, Sake und Misopaste aufkochen, mit etwas Speisestärke binden und 4 Minuten köcheln lassen. Die Sauce mit Ingwer, Limettenschale und Rohrzucker abschmecken und durch ein feines Haarsieb passieren, den gehackten Koriander einrühren.

### Anrichten:

Püree mittig auf den Teller, den Lachs aus dem Beutel nehmen und darauf anrichten. Den Lachs mit der Sauce glacieren.  
Dieses Rezept wurde uns freundlicherweise von Mario Gamba zur Verfügung gestellt.