



# Walch

KÜCHENKÜNSTLER  
EVENTS CATERING CONSULTING

Herzliche Grüße aus der  
Kaiserstadt Speyer  
Ihr Cateringprofi mit Herz  
Stefan Walch

Hotel Alt Speyer, T 06232 60280,  
(Inh. Doris Walch)  
www.kuechenkuenstler-walch.de

## NEU BEI UNS: LACHSTRANCHE MIT SALBEIKARTOFFELN

Lachs gehört heute zu den am meisten geschätzten Speisefischen. Sein orangerosa bis dunkelrotes Fleisch ist reich an Omega-3-Fettsäuren. Er kann roh, gekocht, gebraten und geräuchert verzehrt werden. Sein durchscheinend orangefarbener Rogen kommt als „Lachskaviar“ oder „Ketakaviar“ in den Handel, vorzugsweise vom Ketalachs, einer der fünf Pazifiklachsarten.



## Rezept von Bio-Koch Stefan Walch

### Lachstranche

#### ZUTATEN ZUBEREITUNG

- 1 Lachsfilet  
Olivenöl  
Salz, Pfeffer  
1 Bio Limette, Saft und Abrieb  
1 Bio Orange, als Scheiben  
1 Stück Ingwer

Die Gräten bei der Lachsseite mit einer kleinen Zange oder einem Schälmesser entfernen und 4 gleich große Tranchen einschneiden.

Die Limette und Ingwer fein reiben/abreiben und den Abrieb über den Lachstranchen verteilen. Aus Salz, Pfeffer und Limettensaft eine Marinade zubereiten und die Lachstranche damit einstreichen. Backofenblech mit etwas Olivenöl bestreichen und die marinierte Lachstranche auf die Orangenscheiben legen, in dem Backofen bei 140°C garen. Wenn sich kleine Eiweißperlen auf dem Lachs bilden, ist dieser durchgegart.

Backofen Vorheizen: 140°C, Stufe Heißluft

Garzeit: 7 - 10 Minuten



### Salbeikartoffeln

#### ZUBEREITUNG

- 15 kleine Kartoffeln (La Ratte, Drillinge, Bamberger Höhrnchen)  
30 Salbeiblätter  
30 Schinkenscheiben  
Knoblauch 2 Zehen  
1 Chilischote  
2 Zweige Rosmarin  
Salz und Pfeffer, evtl.  
Gaumenschmaus von Herbaria

Die Kartoffeln längs halbieren oder vierteln und die Schnittflächen mit einem Salbeiblatt belegen. Anschließend mit einer Schinkenscheibe umwickeln und auf ein Backblech legen. Mit reichlich Olivenöl beträufeln, sehr gut salzen und pfeffern, da die Kartoffeln roh sind, nehmen sie sehr viel Gewürze auf. Knoblauch und Chilischote ganz klein schneiden und mit dem Rosmarin über den Kartoffeln verteilen. Das Blech in den Ofen schieben und die Kartoffeln bei 200°C ca. 30 Minuten fertig garen.

Profi-Tipp: Es können auch andere Kräuter verwendet werden. Zu den Kartoffeln passt sehr gut auch Grillgemüse.

Backofen Vorheizen: 200°C, Stufe Heißluft/Grillfunktion

Garzeit: 30 Minuten