

# Gebeizter Lachs

Dieses Rezept stammt aus Schweden und wird dort Gravad Lax oder kurz Gravlax genannt. Geeignete Fische dafür sind Lachs und Lachsforelle, man kann es aber auch mal mit anderen Fischen versuchen (ich habe es mit Karpfen und Makrele versucht -- na ja, es gibt was leckeres!).

Das folgende Rezept ist für ein Lachsfilet von ca. 1 kg.

Zunächst gilt es, die Gräten gegenüber der Mittellinie zu entfernen. Man zieht sie am besten mit einer Flachzange heraus. Da man das Filet dabei aber auf die Unterlage drücken muss, wird es leicht zerdrückt. Als gute Hilfe hat sich hier eine Imkergabel erwiesen, mit der man das Filet gut auf der Unterlage fixieren kann.

Gibt es in Imkerfachgeschäften oder danach google´n.

Nun endlich zum Rezept:

2 Bund Dill klein hacken  
je 1 1/2 EL Salz und Zucker vermischen.

Das Lachsfilet zunächst mit Pfeffer aus der Mühle übermahlen, danach die Salz/Zucker-Mischung darüber streuen und den gekackten Dill darüber geben. Leicht andrücken. Das Lachsfilet in Frischhaltefolie wickeln, in eine passend große flache Schüssel geben, mit einem passenden Küchensieb abdecken und etwas beschweren (Konservendosen o.ä.).

Das Ganze kommt nun für 48 Stunden in den Kühlschrank und das Filet wird alle 12 Stunden gewendet. Danach den Dill abkratzen und das Filet ganz kurz (!! ) abspülen und sofort trocken tupfen.

Nun das Filet vom Schwanzende beginnend mit einem biegsamen Messer (Lachsmesser, z.B. bei [www.eicker.com](http://www.eicker.com)) in dünne Scheiben schneiden.

Dazu gehört unbedingt eine Senfsoße:

2 Esslöffel Essig mit  
3 Esslöffel Honig vorsichtig erwärmen, bis sich der Honig gelöst hat. Erkalten lassen.  
2 Esslöffel Zucker und  
4 Esslöffel Senf (scharf oder mittelscharf ist Geschmackssache; ich nehme mittelscharf) dazu geben und so lange rühren, bis sich der Zucker gelöst hat.  
2 Esslöffel gehackte Dillspitzen (TK-Produkt) darunter mischen.  
4 Esslöffel Öl langsam und unter ständigem Rühren dazu geben, bis sich eine dickliche Soße gebildet hat.

Es gibt Rezepte, die schlagen die Zugabe von Senfpulver vor. Davon möchte ich abraten, die Soße wird dann etwas bitter.

Den Lachs mit Toastbrot, der Senfsoße und eisgekühltem Aquavit genießen.

Tipp: Mit den Gewürzen beim Beizen kann man natürlich variieren. Zerdrückte Wacholderbeeren, Senfkörner, Koriandergrün usw. kann man dazu geben. Ich mag es lieber ohne weitere Gewürze!