

Menue (ihr habt doch immer so tolle Ideen!)

Beitrag von „Finchen“ vom 18. Februar 2007 20:48

Mir fällt spontan ein Hauptgang ein, der sehr lecker ist, vorausgesetzt Ihr mögt gerne Fisch: Gebratener Lachs auf grünen Bandnudeln mit einer Muschel - Sahnesoße. Das Essen ist eher außergewöhnlich aber relativ leicht vorzubereiten und man steht nicht lange in der Küche.

Der Lachs (Filets von Aldi sind super!) wird in der gut vorgewärmten Pfanne mit etwas Pfeffer angebraten bis er ganz leicht braun ist. Währenddessen können die grünen Bandnudeln schon mal gekocht werden.

Wenn der Lachs fertig ist, muss man ihn aus der Pfanne nehmen und abgedeckt zur Seite stellen. Dann kommen die Muscheln in die Pfanne und werden mit Salz und wenig Pfeffer abgeschmeckt. Wenn sie eine Weile gebraten haben, werden sie mit Sahne und Milch abgelöscht. Meistens ist die Soße so zu flüssig. Deshalb muss noch ein bißchen heller Soßenbinder dran. Wenn das aufgekocht ist, kommt der Lachs noch mal für ein paar Minuten in die Soße um richtig warm zu werden und schon ist das Essen fertig. Dauert nicht mal eine halbe Stunde.

Als Vorspeise könntest Du einen einfachen Feldsalat machen. Vielleicht mit einem bißchen Ziegenkäse und Pinienkernen verfeinern. Wichtig ist bei einem Salat immer das Dressing. Du solltest guten Balsamicoessig nehmen! Der kostet zwar ein paar Euro, macht den Salat dann aber zu etwas wirklich besonderem.

Hmm, als Nachtisch würde sich dann eher etwas leichtes anbieten nach der Sahnesoße. Irgendwas mit Früchten. Konkret fällt mir dazu aber gerade auch nichts ein außer Obstsalat und das ist vielleicht ein wenig zu einfallslos.