



En oppskrift fra kokk Mårten Skoglund.

Gourmetlaks Sous-Vide med
vakuummarinert agurk.

Sous-Vide-laks som smelter i munnen. Ingefær, chili, appelsin og soya sammen med risvineddik og sesamfrø tilfører en asiatisk touch til denne Sous-Vide- oppskriften med laks.

Gourmetlaks Sous-Vide:

Bruk Sous-Vide-programmet, og forvarm dampovnen til 50 grader. Skjær laksen i stykker på ca. 150-175 g, og legg i en vakuumpose sammen med litt olivenolje. Forsegle posen, og tilbered i Sous-Vide-modus i ca. 40 min.

Soyareduksjon:

Mens laksen tilberedes, begynner du på soyareduksjonen. Bland alle ingrediensene i en gryte, og reduser sausen til den tykner og blir blank.

Sprøtt røkt sideflesk med sesam:

Skjær bort fettete på det røkte sideflesket, og kutt det i små terninger. Stek terningene i en stekepanne til de får en fin stekeflate, og dryss over sukkeret. La sukkeret smelte og karamelliseres, og bland i eddik og sesamfrø. Reduser væsken til den får en karamell-lignende konsistens. La flesket avkjøles før servering.

Vakuummarinert agurk med gressløkolje:

Gressløkoljen kan tilberedes dagen før. Varm opp oljen til 70 grader, bruk termometer. Kjør alle ingrediensene til gressløkoljen i en blender, og hell blandingen over den varme oljen. Bland, og sil gjennom et kaffefilter eller en sileduk. Oljen oppbevares på en flaske i kjøleskapet. Skrell agurken og skjær den på langs. Legg agurken i en vakuumpose og tilsett noen dråper gressløkolje. Forsegle posen med Siemens vakuumsuff på nivå 3.

Dette trenger du:

Ingredienser til gourmetlaksen:

600 g laks av god kvalitet
1 ts olivenolje

Ingredienser til soyareduksjonen:

225 ml appelsinjuice
75 ml soyasaus
75 ml risvineddik
3 ts revet ingefær
2 hvitløksfedd, revet
1 ts rød chili
5 ts honning

Ingredienser til røkt sideflesk med sesam:

150 g røkt sideflesk
5 ss sukker
3 ss hvitvinseddik
2 ss sesamfrø
Ingredienser til vakuummarinert agurk med gressløkolje:
½ agurk

Gressløkolje:

½ dl rapsolje
½ dl bladspinat
½ dl gressløk
1 kryddermål salt
Sitron