

Frisch gekocht
Freitag, 13. Mai 2016



Rezept von Alexander Fankhauser

Pochierte Lachsforelle in Kernölschaum und Semmelkrensoufflé

40 Minuten/ aufwendig



Zutaten für 4 Personen

600 g Lachsforellenfilet, 1 Liter Fischfond, 1 Karotte (grob geschnitten), 1/2 Knolle Sellerie (grob geschnitten), 1 Zwiebel (halbiert), 1 TL Pfefferkörner, 2 Lorbeerblätter, frisch geriebener Kren.

Für das Semmelkrensoufflé: 60 g Butter, 2 Eier, 3 altbackene Semmeln (in Würfel geschnitten), 2 EL geriebener Kren, Salz, Pfeffer; Butter zum Braten, 60 ml Fischfond, 1 EL Mehl, Butter und Brösel für die Form.

Für den Kernölschaum: 125 ml Weißwein, 250 ml Obers, 125 ml Kernöl.

Zubereitung

Für das Semmelkrensoufflé die beiden Eier trennen. Die Butter schaumig schlagen und die Eidotter langsam einrühren. Das Eiweiß steif aufschlagen. Die Semmelwürfel in Butter kurz anrösten, abkühlen lassen, mit dem Kren vermischen und mit wenig Fischfond aufgießen. Die Semmelwürfel mit dem Eiweiß unter die schaumig gerührte Butter geben, das Mehl zugeben. In vier ausgebutterte, gebröselte Formen füllen und im Rohr bei 180 °C ca. 15 Minuten backen.

Den Fischfond erhitzen, Karotte, Sellerie und Zwiebel zugeben, mit Lorbeerblättern und Pfefferkörnern würzen. Die Lachsforellenfilets in vier Portionen teilen und im Fond 5 bis 6 Minuten glasig pochieren.

Für den Kernölschaum den Weißwein stark einkochen und mit etwas Pochierfond aufgießen. Nochmals einkochen, dann Obers zugeben und aufkochen. Mit dem Kernöl verrühren und schaumig aufmixen.

Den pochierten Fisch mit dem Semmelkrensoufflé anrichten und den Kernölschaum darüber ziehen. Mit frisch geriebenem Kren bestreuen.