

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“



Gebratenes Lachsforellenfilet aus dem Südburgenland

Zutaten:

Zutaten Fisch:

Lachsforellenfilet ca. 180 g pro Portion, mit Haut, gesäubert und von Gräten befreit

Zutaten: Safran Sauce (4 Portionen):

50 g Butter

1 weiße Zwiebel

1 Stangensellerie

1 Knollensellerie

120 ml Weißwein (Riesling)

120 ml Fischfond

120 ml Schlagobers

1 Msp Safran

1 Prise Salz und Pfeffer

Zutaten: Rieslings-Risotto (4 Portionen):

1 große Zwiebel

Olivenöl und ein wenig Butter

180 g Risotto Reis

300 ml Riesling

400 ml Gemüsefond

4 EL Parmesan (Grana Padana)

Salz und Pfeffer

1 Msp Rosmarin

Zubereitung:

Die Zubereitung der Safransauce:

Zuerst die Zwiebeln und die Knollensellerie schälen, das Gemüse klein schneiden und in einer Sauteuse mit etwas Butter glasig andünsten. Danach mit Riesling ablöschen und die Mischung bis auf die Hälfte einkochen lassen. Nun den Fischfond angießen,

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

umrühren und auf ein Drittel einkochen lassen. Anschließend wird der Safran mit dem frischen Schlagobers eingerührt und fein gemixt. Nun nach Belieben mit etwas Salz und Pfeffer sowie ein wenig Zitronensaft abschmecken und durch ein feines Sieb passieren.

Die Zubereitung des Rieslings-Risottos:

Die Zwiebel fein würfeln und im Olivenöl-Buttergemisch glasig dünsten. Den Risotto Reis hinzufügen und kurz anrösten. Mit der Hälfte des Weines ablöschen, die Gemüsebrühe eingießen und langsam einreduzieren lassen. Nach und nach Wein und Gemüsefond hinzufügen bis der Reis körnig, aber nicht zu weich ist. Den Parmesan einrühren, mit Salz und Pfeffer verfeinern, den fein gehackten Rosmarin unterrühren und mit Butterflocken zu einem sämigen Risotto vollenden.

Zutaten und Zubereitung - glasierte Karotten:

Geschälte, gekochte Babykarotten werden kurz in der Pfanne mit Salz und Pfeffer, einer Prise geräuchertem Paprikapulver und einer Messerspitze Kaffeepulver angeschwitzt.

Das Gericht mit frischen Kräutern, Zitrone, Radieschen, etc. anrichten.