

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

Foto: ORF



Gebratene Lachsforelle mit Bärlauchrisotto

Koch: Philipp Egger

Für 4 Portionen:

- 2 x Filet Lachsforelle
- 2 Stück Zwiebel
- 3 Stück Kräuterseitlinge
- 10 Stück Cherry Tomaten
- 70 g Risottoreis
- 100 g Bärlauch frisch
- 150 g Butter flüssig
- 50 g Parmesan
- 20 ml Weißwein
- 800 ml Wasser

Zubereitung:

Als Erstes die Butter schmelzen und den Bärlauch klein schneiden. Dann den Bärlauch mit einem Stabmixer in die flüssige Butter mixen bis diese schön grün ist. Ein Küchenblech mit Backpapier auskleiden und die Butter draufgeben. Kalt abkühlen lassen.

Kalt abkühlen lassen.

Für das Risotto die Zwiebel in kleine Würfel schneiden und in Sonnenblumenöl glasig anbraten. Risottoreis hinzufügen und kurz umrühren, anschließend mit Weißwein ablöschen und mit Wasser aufgießen. Weiter mit Salz und Pfeffer würzen. Immer wieder mit Wasser aufgießen bis der Reis bissfest ist. Wenn der Reis bissfest ist die Bärlauchbutter hinzufügen und schmelzen lassen, danach den Parmesan hinzufügen und gut verrühren.

Rezept aus der ORF-Sendung „Guten Morgen Österreich“

In einer Pfanne Öl erhitzen und die Lachsforelle auf der Hautseite anbraten, Kräuterseitlinge daneben legen und mit Salz und Pfeffer würzen. Wenn der Fisch schön kross ist ihn wenden, mit Tomaten hinzugeben und noch kurz weiterbraten. Anschließend den Fisch auf dem Risotto servieren.