

Aufgetischt

Montag, 16. Mai 2016

Gebratene Regenbogenforelle auf Bärlauchcremespinat mit Bröselkarfiol, Beurre Blanc und Frühlingskräutern



Bröselkarfiol:

1 Karfiol, 100 g Butter, 70 g Semmelbrösel

Für den Bröselkarfiol den Karfiol putzen, in Röschen teilen und in Salzwasser bissfest kochen und im Eiswasser abschrecken. Die Butter in einer Sauteuse zergehen lassen und die Semmelbrösel etwas anrösten. Den Karfiol im kochenden Wasser nochmals erhitzen und unter die Brösel mengen.

Bärlauchcremespinat:

400g Spinat Iglo, 150g Roux Blanc, 100g Bärlauchbutter, 30g Gemüsefond, Salz, Pfeffer

Spinat mit der Roux Blanc und der Bärlauchbutter im Pacojet runter lassen, die feine durchgelassene Masse langsam mit dem Gemüsefond erhitzen und abschmecken.

Regenbogenforelle:

4 Regenbogenforellen,
1 Zitronenzeste, 50 Butter, Salbei Salz, Pfeffer

Die Filets mit Salz, Pfeffer und der Zeste würzen, die Hautseite mit glattem Mehl melieren und bei schwacher Hitze auf der Hautseite langsam braten, wenn die Hitze den Fisch steigt, umdrehen, Salbei und Butter dazu und den Fisch nappieren.

Beurre Blanc:

1 Schalotte, 170g Butter, 125ml Weißwein, 80ml Fischfond, weißer Pfeffer, 2El weißer Wermut
1El Weißweinessig, Salz

Schalottenwürfel in 10g Butter ohne Farbe anschwitzen. Mit Wein, Fond, Wermut und Essig ablöschen, bei starker Hitze auf etwa 70ml einkochen. Dann durch ein feines Sieb gießen. Unmittelbar vor dem Servieren wieder aufkochen, mit Salz und Pfeffer würzen und die in Flöckchen geschnittene eiskalte Butter mit dem Schneebesen unterrühren. Die Sauce nicht mehr kochen lassen.