

Schmeckt perfekt



Rezept von Andreas Döllerer

Geflämmte Bachforelle, Kohlrabi, Kresse

4 Stunden 20 Minuten/für Ehrgeizige



Zutaten für 4 Personen

2 Forellenfilets à ca. 200 g, Salz, Zucker

Für den Räucherforellenfond: 100 g Tomaten, 20 g Junglauch (grüner Teil), 30 g gelbe Rübe, 30 g Fenchel, 40 g Zwiebel, weißer Pfeffer, Fenchelkörner, 1 Lorbeerblatt, 1 Liter kaltes Wasser, 250 g Räucherfischkarkassen, Zitronensaft, Rieslingessig, Gartenkresse-Öl, evt. Xanthan.

Für das Gartenkresse-Öl: 100 g Gartenkresse, 25 g Petersilie (blanchiert), 250 ml Sonnenblumen-Öl.

Für die Gartenkresse-Creme: 100 g Eiweiß, Xanthan, 100 g Gartenkresse, 140 g Gartenkresse-Öl, Salz, Zucker, Zitronensaft.

Zum Garnieren: Buchweizen, junge Triebe vom Kohlrabi, junge Kohlrabischeiben, Kresse.

Zubereitung

Die Bachforellen filieren, die Gräten am Bauchlappen entlang mit einem scharfen Messer entfernen und die Gräten im Rückenbereich ziehen. Bei beiden Filets einen Schnitt, 20 mm entfernt von der Schwanzflosse, quer zur Schwimrichtung bis knapp auf die Haut führen.

Die Filets mit der Hautseite nach oben auf ein von unten mit Eis gekühltes Blech legen und mit einem Gasbrenner, vom Schwanzteil beginnend, langsam in der Mitte des Filets bis zum Kopfteil so lange brennen, bis sich die Seiten des Fisches nach oben wölben.

Nun kann man die Haut ganz einfach von hinten abziehen. Die Filets mit einem Küchentuch entfetten und anschließend längs zwischen Bauch und Rücken halbieren. Die Stücke beidseitig salzen, zuckern und nebeneinander auf ein Blech legen. Die Filetstücke mit dem Gasbrenner abflämmen.

Für das Gartenkresse-Öl alle Zutaten im Cutter fein mixen.

Für den Räucherforellenfond das Gemüse langsam andünsten, anschließend Räucherfischkarkassen, Pfeffer, Fenchelkörner und Lorbeerblatt zugeben. Mit kaltem Wasser auffüllen, aufkochen und 4 Stunden ziehen lassen. Anschließend passieren und mit

Zitronensaft und Rieslingessig abschmecken. Eventuell mit etwas Xanthan binden. Zum Schluss das Gartenkresse-Öl zufügen.

Für die Kresse-Creme Eiweiß, eine Messerspitze Xanthan und Kresse mixen, dann langsam das Öl einfließen lassen. Mit Salz, Zucker und Zitronensaft abschmecken und kühlen. Den Buchweizen in einer Pfanne ohne Fett rösten.

Die Bachforelle mit der Kresse-Creme bestreichen und mit geröstetem Buchweizen bestreuen. Mit Kohlrabischeiben und -blättern belegen, Räucherfischfond zugießen und mit Kresse garnieren.