

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2



Fotocredit: Simeon Baker

Tatar von der Forelle mit zweierlei von der Zucchini, Safran und Taglilien

Zutaten

(4 Personen)

- 100 g Lardo (weißer Speck)
- 400 g fangfrische Forellenfilets, gehäutet und entgrätet
- Salz
- Olivenöl
- 4 kleine Zucchini
- Ein paar Fäden Safran, einen kleinen Teil zum Dekorieren aufheben
- Ein Schuss Verjus
- 4 frische Taglilienblüten

Quelle: ORF extra

Zubereitung

Den Lardo hauchdünn schneiden und die einzelnen Blätter getrennt durch Frischhaltefolie einfrieren.

Für das Tatar die Forellenfilets in kleine Würfel schneiden, nicht hacken oder faszieren. Leicht salzen und etwas Olivenöl hinzufügen. Danach kaltstellen.

Von den gewaschenen Zucchini rundherum ein paar Schichten mit einem Sparschäler abziehen. Die Zucchinistreifen leicht einsalzen. Das Innere der Zucchini in kleine Würfel schneiden und diese in Olivenöl bei geringer Hitze dünsten. Wenn die Zucchiniwürfel weich sind, mit einem Schneebesen zerdrücken und mit Salz abschmecken.

Den Saft der gesalzenen Zucchinischalen ausdrücken, mit etwas Safran aufkochen, mit Verjus säuern und mit einem Schuss Olivenöl verrühren.

Einen flachen Teller bereitstellen und das Zucchini- und Forellentatar anrichten. Mit den Zucchinistreifen umwickeln, mit je einer Taglilienblüte und Safranfäden dekorieren, anschließend noch mit dem Safran-Zucchini-Saft beträufeln und mit Lardo belegen.