

## Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: ORF/ Silvia Schneider GmbH/ Christian Vogel



## Forellenfilet auf Nudelbett mit Limetten-Kräutersauce

**Köchin: Ingrid Lederer**

### Zutaten

(für 4 Personen)

Für den Fisch

- 4 Forellenfilets (entgrätet)
- 2 EL Butter
- Salz
- Pfeffer

Für die Limetten-Kräutersauce

- 30 g Butter
- 1 kl. Zwiebel
- Saft einer 1/2 Limette
- 200 ml Gemüsebrühe
- 4 EL Creme fraîche
- eine Handvoll Kräuter (Petersilie, Schnittlauch, Basilikum)
- Salz
- Pfeffer
- Kristallzucker

#### Für die Nudeln

- 300 g Bandnudeln
- Kochwasser
- Salz

#### Für die Garnitur

- 4 Limettenscheiben

#### Zubereitung

1. Für die Limetten-Kräutersauce die Zwiebel schälen und in kleine Würfel schneiden. Diese in einer Pfanne in der Butter anschwitzen, mit der Gemüsebrühe und dem Limettensaft aufgießen und kurz köcheln lassen. Währenddessen die frischen Kräuter hacken. Dann die Creme fraîche und die feingehackten Kräuter in die Sauce einrühren und diese mit Salz und Pfeffer abschmecken.

2. Nun die Bandnudeln in reichlich Salzwasser bissfest kochen und danach abseihen und kurz beiseitestellen.

3. Für den Fisch etwas Butter in einer Pfanne erhitzen, die Forellenfilets mit Salz und Pfeffer würzen und zuerst mit der Hautseite in etwas Butter in einer Pfanne anbraten, bis sie leicht glasig sind, kurz wenden und danach direkt herausnehmen.

4. Zum Schluss die Bandnudeln mit einer Gabel aufdrehen und mittig auf einem flachen Teller anrichten. Ein wenig Limetten-Kräutersauce darauf geben und je ein Forellenfilet auf das Nudelbett legen. Das Gericht mit einer Limettenscheibe garnieren.