

## Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: ORF/ Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



## Gebeiztes Forellenfilet mit Buttermilch-Baguette und Stangensellerie-Vinaigrette

**Koch: Andreas Kirchgasser**

### Zutaten

(für 4 Personen)

Für die Gebeizte Forelle

- 4 frische Forellenfilets (roh, ohne Gräten)

Für die Beize

- 8 EL Kristallzucker
- 4 EL Salz
- eine Prise Szechuan-Pfeffer (Vorsicht intensiv!)

Für das Buttermilch-Baguette

- 160 g lauwarmes Wasser
- 140 g lauwarme Buttermilch
- 500 g Weizenmehl (Type 700)
- 10 g Butter (zimmerwarm)

Quelle: ORF extra

- 10 g Salz
- 5 g Trockenhefe
- 1 verquirltes Ei zum Bestreichen

Für die Stangensellerie-Vinaigrette

- 2 Stangen Stangensellerie
- 3 EL Olivenöl
- 1,5 EL Zitronensaft
- 1 TL milder Essig (z. B. Weißweinessig oder weißer Balsamico)
- 1 TL Dijon-Senf
- Salz
- Pfeffer
- 1 TL Honig
- Kristallzucker

Für die Garnitur

- Radieschen-Sprossen
- 12 kleine, gekochte Karfiol-Röschen
- 8 Frischkäsekugeln

## Zubereitung

1. Für die gebeizten Forellenfilets den Kristallzucker, das Salz und eine Prise Szechuan-Pfeffer in eine Schüssel geben und gut vermischen. Die Forellenfilets gleichmäßig mit der Beize einreiben und mit der Hautseite nach unten in eine Form legen. Anschließend abdecken und 2–3 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen (nicht zu lange). Danach die Forelle unter kaltem Wasser kurz abwaschen und mit Küchenpapier gründlich trocken tupfen. Die Haut vorsichtig mit einem Filetirmesser abziehen und die Filets in portionsgerechte Stücke schneiden.

2. Für das **Buttermilch-Baguette** das Wasser und die Buttermilch in eine Schüssel geben. Das Mehl, das Salz, die Trockenhefe und die Butter hinzufügen und alles etwa 5-10 Minuten mit den Händen (oder mit einem Knethaken in der Küchenmaschine) zu einem glatten Teig kneten. Den Teig abdecken und etwa 30 Minuten ruhen lassen. Anschließend den Teig in zwei Stücke teilen und zu länglichen Baguettes formen. Diese auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen und nochmals etwa 10 Minuten ruhen lassen. Nach Wunsch einschneiden und mit verquirltem Ei bestreichen. Das Rohr auf 210° C vorheizen und die Baguettes mit etwas Dampf etwa 10-15 Minuten bei Umluft goldbraun backen.

3. Für die Stangensellerie-Vinaigrette den Stangensellerie sehr fein schneiden. Den Zitronensaft, den Essig, den Dijon-Senf, etwas Salz und Pfeffer in einer Schüssel verrühren und das Olivenöl langsam einrühren, bis eine leichte Emulsion entsteht. Anschließend den Sellerie unterheben und alles gut vermengen. Die Vinaigrette etwa 5–10 Minuten ziehen lassen und nochmals abschmecken.

4. Zum Schluss die Stangensellerie-Vinaigrette auf vier flachen Tellern verteilen und die gebeizten Forellenfilet-Stücke darauf anrichten. Rundherum mit je zwei Frischkäsekugeln, drei Karfiol-Röschen und Radieschen-Sprossen ausgarnieren und das frische Buttermilch-Baguette dazu servieren.