

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

Fotocredit: Simeon Baker



Hauptspeise: Kärntner Laxn

Köchin: Renate Wrann

Zutaten

(4 Personen)

Für den Fisch (Lax'n = Urforelle, Kreuzung aus See- und Bachforelle)

- 4 Lax'n à 300 g (geputzt)
- 1,5 L Fischfond
- 1/4 L Weißwein (Sauvignon blanc)
- 250 g Wurzelgemüse (Fenchel, Karotten, Sellerie, Zwiebel)
- 3 EL Senfkörner

Für die Petersilien-Erdäpfel

- 400 g gekochte Erdäpfel (speckig)
- 25 g Butter
- 1 Bund Petersilie
- Salz
- Pfeffer

Für die braune Butter

- 200 g Butter

Zubereitung

- 1.** Für die Hauptspeise den Fischfond, das in feine Streifen geschnittene Wurzelgemüse, den Wein, die Senfkörner, etwas Salz und Pfeffer in einem sehr großen Topf auf etwa 85° C erhitzen, die Fische im Ganzen einlegen, den Deckel schließen und die Fische 5-6 Minuten darin ziehen lassen.
- 2.** Die gekochten Erdäpfel schälen und in einer Pfanne in Butter mit frischer, fein geschnittener Petersilie schwenken. Mit Salz und Pfeffer würzen.
- 3.** Für die braune Butter 200 g Butter in einer Pfanne langsam schmelzen und bräunen lassen.
- 4.** Zum Schluss die Fische aus dem Fond herausheben, je auf einen flachen Teller anrichten, etwas gekochtes Wurzelgemüse darauflegen und die Petersilien-Erdäpfel danebenlegen. Den Fisch mit der herrlichen Nussbutter übergießen und servieren.