

Rezept aus „Silvia kocht“

Foto: Silvia Schneider GmbH/ Juraj Melicher



Lachsforelle mit Prosciutto, Wirsing und Steinpilz-Dashi

Koch: Patrick Paß

Zutaten

(für 4 Personen)

Für die Lachsforelle

- 600 g Lachsforellenfilet
- 4 Scheiben Prosciutto
- Pflanzenöl zum Anbraten

Für das Steinpilz-Dashi

- 20 g Steinpilze (getrocknet)
- 50 g braune Bio-Champignons
- 1 Zwiebel
- 600 ml kaltes Wasser
- 8 g Sojasoße
- 10 g Misopaste
- 1 EL geriebener Bio-Ingwer
- 20 g Weißwein (trocken)
- 50 g kalte Butter

Für den Wirsing

- 320 g Wirsing
- 500 ml Wasser
- Salz
- 30 g Schweineschmalz (oder Butter)

Für die Garnitur

- frische Gartenkresse

Quelle: ORF extra

Zubereitung

Am Vortag:

Für das Steinpilz-Dashi die in kleine Würfel geschnittene Zwiebel, die halbierten Champignons und die getrockneten Steinpilze in einen Topf mit kaltem Wasser geben und über Nacht darin ziehen lassen.

Am Kochtag:

1. Zuerst den Wirsing in dünne Streifen schneiden und in einem Topf in Salzwasser knackig kochen. Anschließend abseihen und den Wirsing in einer Pfanne in Schweineschmalz langsam fertig schmoren.

2. Für die Lachsforelle das Fischfilet waschen, die Gräten zupfen und die Haut abziehen. Dann das Filet in 4 Stücke schneiden, diese mit dem Prosciutto umwickeln und in einer Pfanne in etwas Pflanzenöl knusprig anbraten.

3. Für das Steinpilz-Dashi das Wasser mit den eingelegten Zwiebeln und Pilzen aufkochen lassen und den Schaum abschöpfen. Dann die Pilze herausnehmen, das Dashi noch etwas reduzieren lassen und mit Sojasauce, Misopaste, geriebenem Ingwer und Weißwein abschmecken, mit kalter Butter montieren und mit einem Stabmixer schaumig mixen.

4. Zum Schluss den Wirsing auf einem flachen Teller anrichten, das Lachsforellenfilet darauflegen, das schaumige Steinpilz-Dashi angießen und das Gericht mit frischer Gartenkresse garnieren.