

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

Fotocredit: Simeon Baker



Gastkoch: Peter Zinter

Lauwarmer Wintersalat mit gebeizter Radlberger Lachsforelle, Bauern-Ei und Kaviar

Zutaten

(4 Personen)

Für den gebeizten Fisch

- 400 g Radlberger Lachsforelle (filetiert)
- 2 cl Weinbrand
- 1 EL Salz
- 2 EL Zucker
- etwas Olivenöl
- Abrieb einer Orange

Für den Salat

- 1 Häupel Radicchio Castelfranco, Endiviensalat oder Chicorée
- 200 g Fiolen (frisch)
- 200 g speckige Erdäpfel (gekocht)
- 2 Knoblauchzehen
- 1 rote Zwiebel
- 4 Eier
- 1 Orange (Saft und Abrieb)
- Saft aus 2 Zitronen
- 4 cl Zitronenwürze
- 1 Dose Sardellen

Quelle: ORF extra

- 12 Stk. eingelegte Paradeiser
- 1 Bund Schnittlauch

Für die Garnitur

- verschiedene Kaviar-Sorten (von Stör, Forelle und Saibling; am besten heimische Sorten verwenden; oder auch nach Belieben komplett weglassen)

Zubereitung

1. Die Lachsforelle mit dem Salz, dem Zucker, etwas Orangenabrieb, dem Olivenöl und dem Weinbrand über Nacht marinieren.

2. Zuerst die Fisolen putzen und in gesalzenem Wasser bissfest kochen. Dann die Eier 6 Minuten lang weichkochen, abschrecken und schälen. Dann die rote Zwiebel schälen und in Ringe schneiden.

3. Die Erdäpfel weichkochen, schälen, auskühlen lassen, in Scheiben schneiden, ein wenig salzen und in der Pfanne knusprig braten.

4. Anschließend die Knoblauchzehen schälen, zerdrücken und eine Marinade aus dem Zitronensaft, der Zitronenwürze, dem Abrieb und Saft einer Orange, 2 fein gehackten Sardellen, einem Schuss Olivenöl, etwas Salz, Pfeffer und Zucker herstellen.

Tipp: Für die etwas pikantere Variante einfach fein geschnittene Chilis zur Marinade geben.

5. Nun die Salate waschen, zerpfeifen und trockenschleudern.

Tipp: Bittersalate sind gerade in der kalten Jahreszeit sehr gesund für den Körper.

6. Die Bittersalate, etwas geschnittenen Schnittlauch, die Fisolen und ein wenig Orangenabrieb in einer großen Schüssel vermengen und mit der Marinade abschmecken.

7. Zum Schluss die wachweichen Eier halbieren und mit den gerösteten Kartoffelscheiben, den eingelegten Paradeisern, den Sardellen und der fein geschnittenen, gebeizten Lachsforelle zu den abgeschmeckten Salaten dazugeben und mit verschiedenen Kaviar-Sorten garnieren und servieren.