

Estragon-Forelle mit Gemüse und Salzkartoffeln

Für 2 Personen

2 Forellen	4 festk. Kartoffeln	2 Frühlingszwiebeln
2 Zweige Estragon	1 Karotte	1 Zucchini
1 Kohlrabi	4 EL Sahne	1 EL Bindemittel
Olivenöl	Salz	Pfeffer, schwarz

Den Backofen auf 200 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser gar kochen. Die Forelle waschen und trocken tupfen. Anschließend von innen und außen mit Salz würzen. Die Frühlingszwiebeln abziehen und fein hacken. Den Estragon zupfen und fein hacken. Die Zwiebeln und die Hälfte des Estragons mit einem Schuss Olivenöl vermengen und die Forellen damit füllen. Zwei große Stücke Alufolie mit Olivenöl bestreichen und die Forellen darin einwickeln. Die Forelle nun zum Garen in den Backofen geben. Die Karotte und den Kohlrabi schälen und zusammen mit der Zucchini in feine Streifen schneiden. Das Gemüse in Salzwasser bissfest dünsten. Die Kartoffeln abgießen und mit Salz würzen. Den restlichen Estragon zusammen mit der Sahne zum Gemüse geben. Die Soße mit dem Bindemittel andicken und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die Forelle aus der Folie nehmen und mit dem Gemüse, den Salzkartoffeln und der Soße servieren.

Julia Karst am 28. Juli 2010