

# Soufflierte Lachs-Forelle auf Bohnen-Tomaten-Salat

## Für zwei Personen

500 g Lachsforellenfilet	2 Scheiben Toastbrot	8 Cherrytomaten
150 g gelbe Stangenbohnen	1 Schalotte	1 Knoblauchzehe
1 Knolle Ingwer (klein)	1 unbehandelte Zitrone	2 Zweige Bohnenkraut
2 Zweige Basilikum	1 EL gemischte Kräuter, Tk	1 Zimtstange
1 Vanilleschote	2 TL scharfer Senf	100 g Crème-fraîche
1 TL Currypulver	1 EL Weißweinessig	150 g Sahne
3 EL Traubenkernöl	150 ml Gemüsefond	Chilisalz, Zucker
Bohnenkraut, Butterschmalz		

Die Bohnen putzen, in Stücke schneiden und in Salzwasser garkochen. Anschließend abgießen und kalt abschrecken. Die Kirschtomaten in Viertel schneiden. Die Schalotte und eine Knoblauchzehe abziehen und fein hacken. Etwas Butterschmalz in einer Pfanne erhitzen und die Schalotte und den Knoblauch glasig anbraten. Das Mark der Vanilleschote auskratzen. Etwas Zimt abbrechen. Das Bohnenkraut fein hacken und den Ingwer schälen und ebenfalls fein hacken. Das alles mit dem Essig, der Hälfte des Senfs, Traubenkernöl, Gemüsefond, Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker pürieren. Knoblauch und Schalotten dazugeben und gut unter den Bohnen-Tomaten-Salat mischen. 150 Gramm von der Forelle in Würfel schneiden, salzen und für circa fünf Minuten in das Gefrierfach geben. Anschließend mit dem Senf, Currypulver und Sahne pürieren, bis eine glatte Farce entsteht. Das Basilikum zupfen, zugeben und ebenfalls pürieren. Die Rinde vom Toast schneiden, halbieren und mit der Farce bestreichen. Den restlichen Fisch in zwei gleich große Teile schneiden, mit etwas Zitronensaft, Zitronenabrieb und Chilisalz würzen und zwischen die Brotscheiben legen. Etwas Butterschmalz erhitzen und die Filets von allen Seiten goldbraun anbraten. Die gefrorenen Kräuter in die Crème-fraîche einrühren und mit dem Chilisalz abschmecken. Den Salat mit dem Fisch und den Dip auf Tellern anrichten und servieren.

Bettina Gaumitz am 24. Oktober 2012