

Lachsforelle mit Pastinaken-Püree und Rote-Bete-Salat

Für zwei Personen

2 Lachsforellenfilets, mit Haut	200 g Pastinaken	200 g Petersilienwurzeln
250 g Rote Bete	1 Knoblauchzehe	3 unbehandelte Zitronen
1 Zweig Rosmarin	$\frac{1}{2}$ Bund Thymian	2 Zweige Estragon
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	20 g Parmesan	20 g geschälte Haselnusskerne
20 g Butter	$\frac{1}{2}$ TL grober Senf	100 ml Sahne
$\frac{1}{2}$ EL milder Rotweinessig	$\frac{1}{2}$ TL Aceto balsamico	1 Muskatnuss
1 Lorbeerblatt	Olivenöl, Salz, Pfeffer	

Einen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Das Wurzelgemüse schälen, würfeln und etwa 15 Minuten weich kochen. Anschließend die Butter in einer Pfanne braun werden lassen. Die Sahne in einem Topf kurz aufkochen. Eine Zitrone halbieren und auspressen. Das Gemüse abgießen, stampfen, die braune Butter und die Sahne unterziehen und mit Salz, etwas Muskat und etwas Zitronensaft abschmecken. Die Knoblauchzehe abziehen und andrücken. Den Knoblauch und das Lorbeerblatt mit zu dem Püree geben, umrühren und wieder herausnehmen. Den Parmesan reiben. Die Schale von einer Zitrone abreiben. Die Petersilie abzupfen und zusammen mit fünf Gramm Haselnüssen, dem Parmesan, der Zitronenschale sowie drei Esslöffeln Olivenöl pürieren. Anschließend mit Salz und Pfeffer abschmecken. Die restlichen Haselnüsse grob mit einem Nudelholz zerdrücken. Die Rote Bete abtropfen lassen und würfeln. Die restliche Zitrone halbieren und auspressen. Die beiden Essige, den Senf, den Zitronensaft und etwa zwei Esslöffel Olivenöl zu einer Vinaigrette verquirlen. Den Estragon abzupfen und etwa einen Esslöffel klein hacken. Diese unter die Vinaigrette mengen und über die Rote Bete geben. Den Fisch waschen, trocken tupfen und mit Salz würzen. Die Haut einschneiden. Anschließend den Fisch in einer heißen Pfanne mit etwas Olivenöl auf der Hautseite etwa drei Minuten anbraten. Danach einen Rosmarin- und einen Thymianzweig mit in die Pfanne geben. Den Fisch wenden und kurz weiterbraten. Die Lachsforelle mit dem Pastinakenpüree und dem Rote-Bete-Salat auf Tellern anrichten, mit dem Pesto und den Nüssen garnieren und servieren.

Jörg Egerer am 17. März 2014