

# Gedämpfte Lachs-Forelle mit Granatapfel-Rosenkohl

**Für zwei Personen**

**Für den Fisch:**

400 g Lachsforelle                      20 g Butter      Salz, Pfeffer

**Für das Gemüse:**

400 g Rosenkohl                       $\frac{1}{2}$  Zwiebel      1 Zitrone  
 $\frac{1}{2}$  Granatapfel                      2 EL Butter      6 Walnusskerne  
Salz, Pfeffer

**Für die Garnitur:**

1 Kästchen Shiso-Kresse

Die Rosenkohl-Röschen waschen und putzen. Danach die Blätter abzupfen. Den Strunk abschneiden und beiseite stellen. Die Zwiebel abziehen und fein hacken. Den Granatapfel aufbrechen und die Kerne einer Hälfte entfernen. Die Walnusskerne in einem Mörser zerstoßen. Die Zwiebel und die Putzreste vom Rosenkohl in etwas Butter anschwitzen. Mit Wasser ablöschen und den Bratensatz vom Boden kratzen.

Den so entstandenen Fond in einen Dampfgarer geben und erhitzen.

Die Lachsforelle waschen, trocken tupfen und leicht salzen und pfeffern. Eine Pfanne mit etwas Butter erhitzen und die Lachsforelle darin auf der Haut anbraten, bis diese kross ist. Anschließend herausnehmen und bei 80 Grad etwa zehn Minuten im Dampfgarer fertig garen.

Währenddessen zwei Esslöffel Butter in einer Sauteuse zerlaufen lassen. Die geriebene Walnuss kurz darin anrösten und die Rosenkohlblätter zugeben und drei bis vier Minuten unter Rühren anschwitzen. Mit etwas Wasser ablöschen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Lachsforelle aus dem Dampfgarer nehmen und in vier Stücke schneiden. Die Zitronenschale abreiben und mit den Granatapfelkernen unter den Rosenkohl heben.

Die Lachsforelle mit dem Granatapfel-Rosenkohl auf Tellern anrichten und mit etwas Shiso-Kresse servieren.

Katharina Brandt am 24. September 2015