

Lachsforelle mit Petersilien-Kartoffeln und Tomaten

Für zwei Personen

Für die Lachsforellen:

2 Lachsforellen	1 Zitrone	2 Lorbeerblätter
5 Wacholderbeeren	2 Zweige Dill	250 ml Weißwein
250 ml Fischfond	Salz	Pfeffer

Für die Petersilienkartoffeln:

4 mehligk. Kartoffeln	1 Bund Petersilie	50 g Butter
Salz	Pfeffer	

Für die gefüllten Tomaten:

2 Tomaten	1 Zwiebel	1 Limette
100 g Crème-fraîche	100 g Ziegenfrischkäse	1 Bund Dill
1 Zweig Zitronenmelisse	1 TL grüner Pfeffer	Salz
Pfeffer		

Den Backofen auf 220 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Kartoffeln in reichlich Salzwasser gar kochen.

Lachsforellen waschen, trocken tupfen und von außen und innen salzen und pfeffern. Je eine Scheibe Zitrone und einen Zweig Dill in den Bauch geben.

Lachsforellen in eine Auflaufform geben und mit Fischfond und Weißwein aufgießen. Lorbeer und Wachholderbeeren dazu geben und in den Backofen geben. Nach 15 Minuten die Temperatur auf 120 Grad reduzieren.

Zwiebel abziehen und klein hacken. Dill und Zitronenmelisse ebenfalls klein schneiden. Frischkäse mit Crème fraîche vermengen und Zwiebeln, Kräuter und grünen Pfeffer unterheben. Von den Tomaten den Deckel abschneiden und aushöhlen. Anschließend mit der Frischkäsemasse füllen. Die Tomaten mit einer dünnen Scheibe Limette garnieren.

Petersilie hacken. Butter zerlassen und Petersilie dazugeben. Kartoffeln abgießen, pellen und halbieren. Petersilienbutter über die Kartoffeln geben.

Die Gedünstete Lachsforelle mit Petersilienkartoffeln und gefüllten Tomaten auf Tellern anrichten und servieren.

Bernd Nielebock am 26. Oktober 2015