

Bachsaibling mit Petersilien-Kartoffeln und Zuckermöhren

Für zwei Personen

Für den Saibling:

1 ganzer Bachsaibling 1 Bio-Zitrone 2 Zweige glatte Petersilie

50 g Butter Salz Pfeffer

Für die Kartoffeln:

400 g festk. Kartoffeln $\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie 1 EL Butter

Salz

Für die Möhren:

150 g Möhren 1 EL Zucker 10 g Butter

1 TL Zitronensaft Salz Pfeffer

Für den Saibling:

Den Kopf des Saibling kurz hinter den Kiemen mit einem scharfen Messer abtrennen. Gründlich unter fließendem Wasser abwaschen und gründlich mit Küchentuch trocken tupfen.

Den Fisch von innen leicht salzen und pfeffern. Die Petersilie vom Stiel zupfen und die Blätter darin verteilen. Die Zitrone abwaschen und halbieren. Eine Hälfte in Scheiben schneiden und den Saibling damit füllen. Den Fisch beiseite stellen.

Die Butter für den Fisch in einer ausreichend großen Pfanne erhitzen. Den Saibling einlegen und die Hitzezufuhr etwas reduzieren. Ist die Haut des Saiblings knusprig braun, den Fisch wenden. Hat auch die 2. Seite Farbe angenommen, den Garzustand prüfen. Lässt sich die Rückenflosse ohne Widerstand herauslösen, ist der Fisch gar. Aus der Pfanne nehmen und bei ca. 60 Grad in den Ofen geben.

Für die Kartoffeln:

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser bissfest garen. Kochzeit ca. 20 Min.

Die Kartoffeln herausnehmen und die Petersilie fein hacken. Ein wenig Butter in der Pfanne erhitzen und die Kartoffeln zusammen mit der Petersilie in der Pfanne schwenken. Anschließend leicht salzen und pfeffern.

Für die Möhren:

Die Möhren schälen, abspülen und in schräge Scheiben oder quer in kleine runde Scheiben schneiden. Den Zucker mit der Butter in einer kleinen Pfanne bräunen. Die Möhrenscheiben zugeben und mit dem Karamell überziehen. Kurz anrösten. Zum Schluss nach Belieben mit etwas Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken.

Den in Butter gebratenen Bachsaibling mit Petersilienkartoffeln und Zuckermöhren auf Tellern anrichten und servieren.

Axel Schulz am 09. November 2017