

Lachs-Forelle, Limetten-Schaum, Lauch-Muffin, Lollo-Rosso

Für zwei Personen

Für die Lachsforelle:

2 Lachsforellen-Filets	1 Zitrone	4 EL Mehl
1 Zweig Thymian	Butterschmalz	Salz, Pfeffer

Für die Lauch-Muffins:

125 g Lauch	170 g Mehl	1 Pk. Backpulver
30 g Haferflocken	100 g Bergkäse	100 ml Milch
1 Ei	1 Zweig glatte Petersilie	1 EL Pflanzenöl
90 g Butter	1 Muskatnuss	Salz, Pfeffer

Für den Limettenschaum:

1 kleine Zwiebel	1 EL Butter	75 ml Sekt
200 ml Sahne	2 Limetten	2 EL eiskalte Butter
1 Prise Zucker	1 TL Speisestärke	3 g Lecithin
Salz	Pfeffer	

Für den Salat:

$\frac{1}{2}$ Kopf Lollo Rosso	1 TL Senf	1 EL weißer Balsamico
2 EL Leinöl	1 EL Leinsamen	1 TL Kräutersalz

Für die Lachsforelle: Den Ofen auf 180 Grad Heißluft vorheizen.

Zitrone waschen, trockentupfen, abreiben und auspressen. Forellenfilets leicht einschneiden. Forelle mit Zitronensaft säuern, salzen, auf der Hautseite in Mehl wälzen und bei mittlerer Hitze mit einem Zweig Thymian in Butterschmalz braten. Mit Pfeffer und Zitronenabrieb verfeinern.

Für die Lauch-Muffins: Petersilie abbrausen, trockenwedeln und fein hacken.

Lauch waschen und in feine Ringe schneiden. Käse reiben. Lauch etwas salzen und in einer Pfanne mit Pflanzenöl ca. 5 Minuten anschwitzen. Die Hälfte der Butter in einem Topf zerlassen. Mehl, Haferflocken und Backpulver in eine Schüssel geben und vermischen. Den Rest Butter in einer kleinen Pfanne zerlassen.

Milch, zerlassene Butter, Ei, Muskatnussabrieb, Salz, Käse, gehackte Petersilie und Pfeffer in eine zweite Schüssel geben und verrühren. Die Mehlmischung und den Lauch in die Eiermilch einrühren damit ein glatter Muffin-Teig entsteht. Den Muffin-Teig in 8 Muffinförmchen füllen und im Backofen ca. 15-20 Minuten backen.

Für den Limettenschaum: Limetten waschen, trockentupfen, abreiben und den Saft auspressen.

Zwiebel abziehen und fein hacken. In einem Topf mit 1 EL Butter glasig anschwitzen. Mit Sekt ablöschen und reduzieren lassen. Sahne dazugeben und nochmals einkochen, mit Zucker, Salz, Pfeffer würzen. Danach die Sauce mit Limettensaft und Limettenabrieb abschmecken. Sauce durch ein feines Sieb abseihen.

Vor dem Anrichten mit einem Pürierstab mit kalter Butter schaumig aufmixen. Eventuell etwas Lecithin dazugeben. Notfalls die Sauce mit in kaltem Wasser angerührter Speisestärke eindicken.

Für den Salat: Lollo Rosso zerpfücken, waschen und trockenschleudern.

Senf, Balsamico, Leinöl und Kräutersalz zu einer Marinade verrühren.

Salat mit der Marinade marinieren, mit Leinsamen bestreuen und nochmals einige Tropfen Leinöl über den Salat geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Eva Ulrich am 14. November 2018