

Forelle, Molke-Reduktion, Rote Bete und Sellerie-Püree

Für zwei Personen

Für die konfierte Forelle:

500 g Forellenfilet mit Haut 400 ml Olivenöl Zucker, Salz, Pfeffer

Für die Molke-Reduktion:

500 ml Trink-Sauermolke, 0,1% 250 ml Schlagsahne, 32%

Für das Selleriepüree:

300 g Knollensellerie 2 EL Crème fraîche 1 Muskatnuss
Salz Pfeffer

Für den Staudensellerie-Salat:

300 g Staudensellerie, mit Grün 1 Schalotte 2 EL weißer Balsamicoessig
3 EL Olivenöl Zucker Salz

Für die marinierte rote Bete:

150 g frische rote Bete 3 EL weißer Balsamicoessig 2 EL Zucker
Salz Pfeffer

Für den Fischhaut-Chip:

Haut einer Forelle Salz

Für die Wildkräuter:

1 Wildkräutersalat 1 EL Balsamicoessig 1 TL Olivenöl
1 TL Zucker

Für die konfierte Forelle:

Die Forelle unter fließendem Wasser abbrausen und trockentupfen. Mit einem scharfen Messer die Haut von dem Filet trennen und bei Seite legen. Filet mit Salz und Zucker einreiben und 2 Minuten ziehen lassen.

Salz-Zucker-Mischung abwaschen. Öl im Ofen in einer Schale auf 80 Grad erhitzen und die Forelle mit etwas Salz und Pfeffer würzen und dort 10-12 Minuten hineinlegen. Danach rausholen, das Öl abtropfen und die Forelle anrichten.

Für die Molke-Reduktion:

In einer Pfanne Trink-Sauermolke und 133 ml Sahne erhitzen und die Flüssigkeit reduzieren lassen. Nach 25 Minuten sollte nur noch der Milchzucker übrigbleiben und karamellisieren. Sobald dieser braun ist aus der Pfanne nehmen, mit der restlichen Sahne vermengen und aufmixen. Warmhalten und unter der Forelle anrichten.

Für das Selleriepüree:

Sellerie schälen und in kleine Würfel schneiden. In kochendem Wasser mit etwas Salz für 8 Minuten weichkochen. Anschließend absieben.

Crème fraîche zu den Selleriewürfeln geben und mit einem Mixer pürieren. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken und durch ein Sieb geben. Warmhalten und zu der Forelle anrichten.

Für den Staudensellerie-Salat:

Staudensellerie schälen, ein paar gelbliche Blätter abzupfen und beiseitelegen und den Staudensellerie in feine Würfel schneiden.

Schalotte abziehen, fein würfeln und zum Staudensellerie geben. Mit Olivenöl, weißem Balsamicoessig und Salz und Zucker ein Dressing anrühren und über den Salat geben. Salat beiseitestellen, sodass dieser durchziehen kann und danach anrichten.

Für die marinierte rote Bete:

Rote Bete schälen und in feine Scheiben hobeln. 200 ml Wasser mit weißem Balsamicoessig und Zucker aufkochen lassen und Rote Bete hinzugeben. Topf von der Hitze nehmen und die Rote

Bete 25 Minuten ziehen lassen. Anschließend herausnehmen, mit Salz und Pfeffer würzen und zu Trichtern formen, auf der Forelle anrichten.

Für den Fischhaut-Chip:

Die abgezogene Haut von oben in Backpapier in einer Pfanne anbraten, dabei einen Topf zum Beschweren auf die Haut stellen. Nach 6 Minuten die Haut herausnehmen, mit Salz würzen und in kleinere Stücke zerbrechen. Auf dem Selleriepüree anrichten.

Für die Wildkräuter:

Schöne Blätter aus den Wildkräutern heraussuchen und mit etwas Balsamicoessig, Zucker und Olivenöl anmachen. Vom Sauerampfer mit einem Kugelausstecher 2-3 schöne Kreise ausstechen und zum Anrichten verwenden. Ein paar marinierte Wildkräuter auf die Forelle geben.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Simon Maus am 30. November 2020