

Forellen-Filet mit Rahm-Spinat und Merrettich-Kartoffeln

Für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Forellenfilets mit Haut	2 Scheiben Toastbrot	2 EL Senf
$\frac{1}{2}$ Bund glatte Petersilie	Weizenmehl	Rapsöl
Muskatnuss	Salz	weißer Pfeffer

Für den Spinat:

150 g Spinat	1 Knoblauchzehe	100 g Sahne
2 EL Butter	Salz	Pfeffer

Für die Kartoffeln:

200 g Drillingskartoffeln	4 EL Butter	1 EL Sahnemeerrettich
Salz	Pfeffer	

Für die Chips:

$\frac{1}{2}$ weißer Rettich	Mehl	Öl
Salz		

Für den Fisch:

Die Rinde vom Toastbrot abschneiden. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und klein zupfen. Toastbrot und Petersilie fein hacken und vermengen.

Forellenfilets waschen, trockentupfen und quer halbieren. Salzen und pfeffern und die Hautseite mit Mehl bestäuben. Fleischseite der Forellenfilets mit Senf bestreichen, mit der Brot-Petersilien-Mischung bestreuen und leicht festdrücken.

In einer Pfanne Rapsöl erhitzen und die Forellenfilets darin auf der Hautseite 2 Minuten anbraten. Forellenfilets umdrehen und auf der panierten Seite kross braten.

Für den Spinat:

Butter in eine Pfanne geben und braun werden lassen. Knoblauch abziehen, fein reiben und kurz in der Pfanne anrösten. Spinat dazugeben, kurz anbraten und zusammenfallen lassen. Spinat mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Sahne hinzugeben und die Flüssigkeit auf die Hälfte einkochen.

Für die Kartoffeln:

Kartoffeln im Salzwasser gar kochen.

Eine Pfanne mit ausreichend Butter erhitzen und die Kartoffeln hineingeben. Sahnemeerrettich hinzugeben und die Kartoffeln darin schwenken. Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Für die Chips:

Rettich schälen und mit einem Sparschäler in Scheiben schneiden.

Streifen in eine Schüssel geben, leicht einsalzen und ca. 15 Minuten in einer Schale mit Wasser ziehen lassen. Anschließend die Streifen gut ausdrücken. Rettichstreifen auf Küchenpapier trocknen. Mit Mehl bestäuben und in eine hohe Bratpfanne mit reichlich Öl knusprig braten.

Auf einem Küchenpapier abtropfen lassen und mit Salz würzen.

Michael Kienberger am 25. Juli 2022