

Gefülltes Lachsforellenfilet, Kartoffel-Püree

Für zwei Personen

Lachsforellenfilet:

2 Lachsforellenfiles	3 EL Nordseekrabben	500 g Babyspinat
2-3 getrock. Softtomaten	1 Schalotte	1 Zitrone, Abrieb
2 Eier	100 g Butter	2 EL Olivenöl
Salz	Pfeffer	

Kartoffelpüree:

500 g mehligk. Kartoffeln	200 ml Milch	50 g Butter
Muskatnuss	1 TL Salz	

Griebenknusper:

3 EL Griebenschmalz	2 EL Panko
---------------------	------------

Für den Salat:

250 g Pflücksalat	1 Schalotte	3 EL Honig
3 EL m.-scharfer Senf	100 ml weißer Balsamico	100 ml neutrales Öl

Garnitur:

1 Zweig glatte Petersilie

Lachsforellenfilet: Den Backofen auf 80 Grad Umluft vorheizen.

Filet mit Schmetterlingschnitt öffnen, auseinander klappen und mit Salz und Pfeffer würzen.

Schalotte abziehen, fein schneiden und in einer Pfanne andünsten.

Getrocknete Tomaten fein schneiden und zu den Schalotten in die Pfanne geben. Mit Salz und Pfeffer würzen. Spinat putzen, waschen und mit in die Pfanne geben. Kurz zusammenfallen lassen und Nordseekrabben unter den Spinat geben.

Eine Auflaufform mit Butter einstreichen. Lachsforellenfilets in die Form legen und die eingeschnittenen Filets mit der Spinatmasse füllen. Dann in die Mitte eine Mulde drücken und jeweils ein rohes Eigelb in die Mulde gleiten lassen. Danach das Filet schließen. Mit Butter bestreichen und etwas Zitronenabrieb würzen. Die Auflaufform mit Frischhaltefolie gut verschließen und bei 80 Grad 15-20 Minuten in den Ofen geben.

Kartoffelpüree: Kartoffeln schälen und in 1,5-2 cm große Würfel schneiden. In Salzwasser weichkochen, dann abgießen und Kartoffeln durch eine Kartoffelpresse drücken.

Milch erhitzen und über die Kartoffeln geben. Mit einem Schneebesen alles glattrühren. Butter zugeben und gut unterrühren. Mit Salz und Muskat abschmecken.

Griebenknusper: Griebenschmalz in der Pfanne auslassen, Panko dazugeben und verrühren.

Für den Salat: Salat waschen und zurecht zupfen. Schalotte abziehen und fein hacken. Schalotte mit Honig, Senf, Essig und Öl verrühren. Dressing vor dem Servieren über den Salat geben.

Garnitur: Petersilie zupfen und als Garnitur verwenden.

Angela Röschinger am 29. Oktober 2025