

# Saibling-Filet mit Fenchel-Orangen-Salat und Walnüssen

**Für zwei Personen**

**Für die Saiblingfilets:**

2 Saiblingfilets à 150 g      4 Zweige Dill      1 Orange

1 Zitrone

**Für das Gemüse:**

1 Fenchelknolle      2 Orangen      200 g Walnüsse

50 g Zucker      Olivenöl, Zitrone      Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 80 Grad vorheizen. Für die Saiblingsfilets einen großen Teller großzügig mit Olivenöl beträufeln, von der Zitrone und der Orange etwas Abrieb auf dem Teller verteilen. Den Dill waschen, trocken tupfen, klein hacken und ebenfalls darauf verteilen. Die Saiblingsfilets in etwa acht Zentimeter breite Stücke schneiden und mit der Hautseite nach oben auf den Teller legen, anschließend nochmals salzen und pfeffern und auch die Hautseite mit Olivenöl beträufeln. Den Teller mit Frischhaltefolie bedecken, so dass die Folie straff ist. Den Fisch etwa 10 bis 15 Minuten in den vorgeheizten Ofen schieben. Sobald sich die Haut leicht abziehen lässt, ist der Fisch fertig. Die Fenchelknolle waschen, trocken tupfen, dünn hobeln, mit Salz einreiben und ziehen lassen. Die Orangen filettieren und unter den Fenchel heben. Aus dem Olivenöl, dem Saft der Zitrone, Salz und Pfeffer eine Vinaigrette zubereiten und den Salat damit marinieren. In einer Pfanne die Wallnüsse anrösten, den Zucker darüber streuen und karamellisieren lassen. Auf einem vorgewärmten Teller die Saiblingsfilets auf dem Fenchel-Orangensalat betten und servieren.

Susanne Huber am 15. August 2014