

Forelle mit Räucherfisch-Soße

Für 2 Personen

2 Forellen	1 Bund Suppengemüse	Salz
150 g Räucherforellenfilet	20 g Butter	2 Lauchstangen
200 ml Sahne		

Die Forellen filetieren und von den Gräten befreien. Das Suppengemüse putzen bzw. schälen und klein schneiden. Die Gräten mit dem Suppengemüse in einen Topf geben, salzen, alles mit Wasser bedecken und circa 20 Minuten bei kleiner Hitze köcheln lassen. Das Räucherforellenfilet enthäuten und gegebenenfalls entgräten. Zwei Forellenfilets von der Haut lösen, jeweils mit 1/3 des Räucherfischs belegen, die Forellenfilets zusammenklappen und in einer Pfanne mit einem Esslöffel Butter von beiden Seiten circa 3-4 Minuten braten. Die restlichen zwei Filets mit Haut in der Pfanne von beiden Seiten circa 3 Minuten braten. Für das Lauchgemüse, den Lauch putzen, in feine Ringe schneiden, bei kleiner Hitze in einem Topf mit etwas Wasser circa 10 Minuten dünsten, die Sahne zugeben und einkochen lassen. Den Fischfond durch ein Sieb passieren, die restliche Räucherforelle klein schneiden, in den Fond geben, mit einem Mixstab pürieren, einen Esslöffel Butter darunter geben und kurz erhitzen. Das Lauchgemüse mit den Forellenfilets und der Soße anrichten.

Tipp: Wer den Fischfond nicht selber ansetzen möchte, kann auch einen fertigen kaufen.

Jacqueline Amirfallah Dienstag, 05. Februar 2008