

Kopfsalat-Wickel mit Saibling und Erbsen-Minz-Püree

Für 2 Personen

2 kg frische Erbsen in der Schote	1 Kopfsalat	1 Schalotte
2 EL Butter	50 ml Gemüsebrühe	80 ml Sahne
1 Bund Minze	1/2 Bund Schnittlauch	4 Saiblingfilets
Salz, Pfeffer	1-2 EL flüssige Butter	1 EL Butterschmalz

Die Erbsen ausspülen. Kopfsalat putzen und in einzelne Blätter aufteilen, waschen und gut abtropfen lassen. Die großen festeren Blätter beiseite legen. Die inneren Blätter und das Salatherz fein schneiden. Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter anschwitzen. Erbsen zugeben, mit 50 ml Gemüsebrühe aufgießen und die Erbsen ca. 8 Minuten kochen. 1/5 der Erbsen herausnehmen, den Rest mit Sahne aufgießen, erneut 5 Minuten kochen. Minze abspülen, trocken schütteln, eine Hälfte grob, die andere Hälfte fein hacken. Schnittlauch abspülen, trocken schütteln und fein schneiden. Aus den Saiblingfilets je ein schönes Mittelstück (ca. 2/3 aus der Mitte) ausschneiden und beiseite legen. Die Reste vom Fischfilet von der Haut nehmen, in kleine Würfelchen schneiden. Diese mit dem gehackten Salat, Schnittlauch und der fein gehackten Minze mischen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. (Das Verhältnis vom Fisch zum Salat sollte etwas größer sein.) Von den großen Salatblättern die Strünke ausschneiden. Die Salatblätter einzeln möglichst flach auf hitzebeständige und mit flüssiger Butter bestrichene Frischhaltefolie legen. Die Salat-Fisch-Masse darauf geben. Salatblätter zu Rollen aufwickeln, fest in die Folie einschlagen, dann jede Rolle nochmals in Alufolie wickeln und in einem Topf mit 70 Grad heißem Wasser ca. 8-10 Minuten garziehen lassen. Die Fischfilets salzen und in einer Pfanne mit 1 EL Butterschmalz von beiden Seiten (zuerst auf der Hautseite) je ca. 2 Minuten anbraten. Beiseite gelegte Erbsen in einer Pfanne mit 1 EL Butter kurz warm schwenken, abschmecken. Fein gehackte Minze und unter die gekochten Sahne-Erbsen geben. Mit dem Mixstab fein pürieren, falls gewünscht noch durch ein Sieb streichen und das Püree mit Salz abschmecken. Die Kopfsalatröllchen auspacken und auf Tellern anrichten. Saiblingfilets und Püree dazugeben, die ganzen Erbsen über das Püree streuen.

Jacqueline Amirfallah Mittwoch, 30. März 2011