

Gebratene Forelle mit Mandelbutter-Soße und Lauch-Gemüse

Für 2-Personen

2 Stangen Lauch	Salz	3 Stängel glatte Petersilie
5 EL Butter	Pfeffer	2 EL geriebenes Weißbrot
2 frische Bachforellen	1-2 EL Mehl	3 EL Butterschmalz
1 Schalotte	2 EL Mandeln, gehobelt	1 Zweig Zitronenthymian
100 ml trockener Wermut		

Den Backofen auf 180 Grad Ober-Unterhitze vorheizen. Den Lauch putzen und die harten äußeren Blätter entfernen. Dann halbieren, auswaschen und die Lauchhälften in Salzwasser blanchieren. In kaltem Wasser abschrecken und in 10 cm lange Stücke schneiden. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Lauch in eine gebutterte Auflaufform legen, mit etwas Pfeffer würzen, mit Brotbröseln und der Petersilie bestreuen. Darauf 2 EL Butter in kleinen Flöckchen geben. Die Forellen gut waschen und trocken tupfen. Forellen innen und außen mit Salz und Pfeffer würzen, in Mehl wenden und dann überschüssiges Mehl abklopfen. In einer ausreichend großen hitzebeständigen Pfanne die Forellen mit 3 EL Butterschmalz von beiden Seiten goldbraun anbraten. Dann in den vorgeheizten Ofen geben und noch ca. 8 Minuten fertig garen. Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten. Schalotte schälen und fein schneiden. Die gegarten Forellen auf einer Platte anrichten und 5 Minuten mit Alufolie abgedeckt ziehen lassen. Die Grillschlange oder Oberhitze des Backofens anschalten und den vorbereiteten Lauch goldbraun unter der Grillschlange gratinieren. Die geschnittene Schalotte mit 1 EL Butter in der Fischpfanne anschwitzen, Thymianzweig dazugeben und mit Wermut ablöschen. Die Flüssigkeit etwas einkochen lassen, mit Salz und Pfeffer würzen und mit 1 EL kalter Butter die Sauce binden, Mandeln untermischen. Die Sauce über die Fische gießen und servieren. Dazu das Lauchgemüse reichen.

Vincent Klink 26. Juli 2012