

Forellen-Filet auf Wirsing-Rosenkohl-Gemüse mit Nüssen

Für 2 Personen

2 Forellen (à 300 g)	400 g Wirsing	Salz
200 g Rosenkohl	100 g Walnusskernhälften	1 Schalotte
1 EL Butter	1 Prise Zucker	1 Msp Muskat
80 ml Gemüsebrühe	50 ml Sahne	Pfeffer
1 EL Butterschmalz		

Die Forellen filetieren und die Gräten entfernen. Vom Wirsing die äußeren Blätter entfernen, den Kohlkopf halbieren, den Strunk entfernen. Wirsing in Streifen schneiden. Diese in Salzwasser kurz blanchieren und in Eiswasser abschrecken. Den Rosenkohl am Strunk kürzen und die äußeren Blätter, wenn notwendig, entfernen. Dann jedes Röschen komplett in Blätter zerlegen. Walnüsse grob hacken und in einer Pfanne ohne Fett rösten. Schalotte schälen, fein schneiden und in einem Topf mit 1 EL Butter und 1 Prise Zucker anschwitzen, Rosenkohlblätter zufügen, mit Salz und Muskat würzen und Gemüsebrühe angießen. Zugedeckt in wenigen Minuten garen. Blanchierte Wirsingstreifen und Sahne zugeben, kurz aufkochen. Walnüsse untermischen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen und in einer Pfanne mit Butterschmalz von beiden Seiten ca. 2 Minuten braten. Das Gemüse mit den Fischfilets anrichten.

Vincent Klink am 12. Dezember 2013