

Souffliertes Forellen-Filet mit Mandel-Reis und Erbsen

Für 2 Personen

2 Schalotten	1 EL Olivenöl	300 ml Gemüsebrühe
70 g Langkornreis	1 Forelle	100 g Sahne
1/2 TL Koriander	Salz, weißer Pfeffer	3 EL Butter
1 EL Butterschmalz	200 ml Weißwein	30 g Mandelblättchen
1/2 Bund glatte Petersilie	600 g Erbsen in der Schote	

Den Backofen auf 180 Grad vorheizen. Schalotten schälen, fein schneiden. Die Hälfte davon in einem Topf mit 1 EL Olivenöl anschwitzen. Mit ca. 250 ml Gemüsebrühe ablöschen, diese aufkochen und den Reis darin ca. 20 Minuten garen. Die Forelle filetieren, entgräten und die Haut abziehen. Von jedem Filet kleine Abschnitte -insgesamt etwa 100 g abschneiden. Diese Abschnitte mit der Sahne, Koriander, etwas Salz und Pfeffer in einen Cutter geben und zu einer feinen Farce pürieren. Die beiden Forellenfilets mit Salz und Pfeffer würzen und auf einer Seite (anstelle der Haut) ca. 1 cm dick mit der Farce bestreichen. Die Fischfilets mit der Farce nach oben in eine gebutterte feuerfeste Form legen, mit Butterschmalz die Farce bepinseln und 100 ml Wein angießen. Im vorgeheizten Ofen ca. 10 Minuten die Forellenfilets garen. In der Zwischenzeit Mandeln in einer Pfanne ohne Fett rösten. Petersilie abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Die Erbsen aus der Schote puhlen. In einem Topf 1 EL Butter schmelzen, die Erbsen zugeben, restliche Gemüsebrühe angießen und die Erbsen zugedeckt ein paar Minuten dünsten. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Restliche Schalotte in einer Pfanne mit 1 EL Butter anschwitzen, restlichen Weißwein angießen und um die Hälfte einkochen lassen. Die Mandeln unter den gekochten Reis mischen und mit Salz abschmecken. Gegarte Fischfilets aus dem Ofen nehmen, den Wein aus der Auflaufform zum Saucenansatz geben und aufkochen. Die Sauce mit 1 EL kalter Butter montieren, Petersilie untermischen und abschmecken. Fischfilets mit dem Reis und den Erbsen anrichten, die Sauce angießen und servieren.

Vincent Klink am 24. April 2014