

# In Rettichsaft gebeizte Lachsforelle zu Apfel-Toast

## Für 2 Personen

### Für die gebeizte Forelle:

½ TL Fenchelsamen	14 Pfefferkörner (weiß, schwarz)	¼ Fenchelknolle
1 Bio-Limette	30 g Puderzucker	80 g Meersalz
100 ml Rettichsaft	300 g Lachsforellenfilet	marinierte Gurken
marinierter Rettich	100 ml heller Balsamico-Essig	80 g Zucker
6 Scheiben frischer Ingwer	2 TL gehackter, eingelegter Ingwer	½ Salatgurke
½ kleiner weißer Rettich		

### Für Apfel-Salat und Baguette:

1 säuerlicher, grünschaliger Apfel	1 TL Zitronensaft	½ Salatgurke
2 EL Joghurt (3,5%)	½ TL eingelegter Ingwer	1 kleines Baguette
Olivöl	½ Bund Brunnenkresse	

Fenchelsamen und Pfeffer mörsern. Fenchelknolle putzen, würfeln. Limette heiß waschen, trocken reiben und die Schale fein abreiben. Limette auspressen. Vorbereitete Beizzutaten, Salz und Puderzucker in einem Mixer zu einer cremigen Paste mixen. Rettichsaft unterrühren.

Forellenfilet kalt abbrausen, gründlich trocken tupfen. Filets in die Beize einlegen, gelegentlich wenden. Ca. 6 Stunden ziehen lassen.

Frischen Ingwer schälen, 6 Scheiben abschneiden. Mit Essig, 80 ml Wasser, Zucker, und eingelegtem Ingwer aufkochen. Fond auskühlen lassen.

Gurke schälen und in ca. 1,5 cm dicke Scheiben schneiden, im abgekühlten Fond ziehen lassen. Rettich schälen, in dünne Scheiben schneiden. Mit der übrigen Marinade mischen. 30 Minuten ziehen lassen.

Apfel waschen, trocken reiben, halbieren und entkernen. Eine Hälfte in feine Streifen schneiden, mit Zitronensaft mischen. Die zweite Hälfte schälen und in Würfel schneiden. Gurke waschen, trocken reiben und halbieren. Gurke längs vierteln und entkernen. Gurke in feine Scheibchen schneiden.

Ingwer abtropfen lassen und in feine Würfel schneiden. Mit Gurke und Apfelwürfel mischen. Joghurt unterrühren, abschmecken.

Baguette längs in ca. 3 mm feine Scheiben schneiden. Etwas Olivöl in einer Pfanne erhitzen. Baguettescheiben darin goldbraun anbraten, würzen.

Marinade von der Lachsforelle abstreifen. Filet in dünne Scheiben schneiden.

Gurken-Joghurt-Creme auf dem lauwarmen Baguette verteilen. Filet darauf anrichten. Mit Kresse, eingelegtem Rettich, Gurken und Apfelstreifen servieren.

Jörg Sackmann am 30. August 2016