

# Forelle Müllerin mit Salzkartoffeln und Kopfsalat

## Für 4 Personen

800 g Kartoffeln	4 Forellen (à 300 g)	Salz, Pfeffer
2 Eier	ca. 4 EL Mehl	ca. 200 g Mandelblättchen
ca. 5 EL Sonnenblumenöl	ca. 2 EL Butter	1 Kopfsalat
8 Radieschen	1/2 Zitrone	100 g Joghurt
2 EL heller Balsamico	6 EL Olivenöl	1 Prise Zucker
1/2 Bund Schnittlauch		

Kartoffeln schälen, abwaschen und in leicht gesalzenem Wasser ca. 18–20 Minuten kochen.

Die Forellen innen und außen gründlich kalt abspülen, trocken tupfen. Eier in einem großen tiefen Teller verquirlen. Forellen mit Salz und Pfeffer würzen. Die Fische in Mehl wenden, überschüssiges Mehl vorsichtig abklopfen, dann kurz im verquirlten Ei wenden und vorsichtig mit Mandeln panieren.

Den Backofen auf 170 Grad Umluft (180 Grad Ober- und Unterhitze, Gas Stufe 3) vorheizen.

Öl in einer großen, backofengeeigneten Pfanne nicht zu stark erhitzen. Die Forellen darin sacht von beiden Seiten goldgelb anbraten. Etwas Butter zugeben und die Pfanne in den heißen Backofen stellen. Die Forellen darin etwa 14 Minuten garen. (Wer keine backofengeeignete Pfanne besitzt, kann die Forellen auch in einer Auflaufform im Backofen garen.)

In der Zwischenzeit Kopfsalat putzen, waschen und abtropfen lassen. Den Kopfsalat in mundgerechte Stückchen zupfen. Radieschen putzen, waschen, abtropfen lassen und in feine Scheiben schneiden

Für das Salatdressing von der Zitrone den Saft auspressen. Joghurt, Zitronensaft, Balsamico und Olivenöl in eine Schüssel geben und mit einem Schneebesen verquirlen. Das Dressing mit Salz, Pfeffer und Zucker abschmecken. Den Schnittlauch abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden. Schnittlauch unter das Dressing rühren.

Gekochte Kartoffeln abgießen, kurz ausdampfen lassen. Salat mit dem Dressing marinieren.

Forellen mit Salat und Salzkartoffeln anrichten.

Sören Anders am 08. eptember 2016