

Lachsforellen-Filet mit Meerrettich-Mousse und Gurken

Für 4 Personen

Meerrettichmousse:

2 Blatt Gelatine	100 g Sahne	1/2 Zitrone
150 g Crème fraîche	50 g geriebener Meerrettich	Meersalz, Pfeffer

Marinierte Gurken:

1 Salatgurke	Meersalz	3 Stiele Dill
100 g Crème-fraîche	50 g Quark	50 ml weißer Balsamico
Pfeffer	1 Prise Zucker	

Für den Fisch:

600 g Lachsforellenfilet	2 EL Olivenöl	Hartweizenmehl
Meersalz	Pfeffer	

Für die Meerrettichmousse die Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Die Sahne steif schlagen. Von der Zitrone den Saft auspressen und diesen in einem Topf erwärmen.

Die eingeweichte Gelatine ausdrücken und in dem erwärmten Zitronensaft auflösen.

Crème fraîche mit geriebenem Meerrettich verrühren, aufgelöste Gelatine unterrühren und zum Schluss die geschlagene Sahne unterheben. Die Masse mit Salz und Pfeffer abschmecken. Das Ganze in eine mit Klarsichtfolie ausgelegte Form füllen und für 2 Stunden kalt stellen.

Für die marinierten Gurken die Gurke schälen und in Scheiben schneiden. Die Scheiben mit etwas Salz bestreuen (pro ganze Gurke ca. 1/2 TL Salz) und 30 Minuten ziehen lassen.

In der Zwischenzeit Dill abbrausen, trocken schütteln und fein schneiden.

Die gesalzenen Gurkenscheiben gut ausdrücken, mit Crème fraîche, Quark, Dill und Balsamico vermischen und mit Salz, Pfeffer sowie etwas Zucker abschmecken.

Die gut gekühlte Meerrettichmousse aus der Form stürzen, die Folie entfernen und in Scheiben schneiden.

Das Lachsforellenfilet in Portionsstücke schneiden. Diese auf der Hautseite mit dem Hartweizenmehl mehlieren.

In einer Pfanne Olivenöl erhitzen und die Fischfilets auf der Hautseite darin braten, bis sie ungefähr zu 3/4 gar sind. Mit Salz und Pfeffer würzen, dann wenden und kurz auf der Fleischseite braten.

Zum Anrichten die Meerrettichmousse wie einen waagrechten Balken auf den ovalen Tellern legen. Den Gurkensalat rechts davon anrichten, darauf die Lachsforellenstücke geben und etwas Salat als Garnitur im Hintergrund anrichten.

Frank Buchholz am 23. März 2018