

Saibling mit Kresse-Soße und Pilz-Nudel-Salat

Für 4 Personen

Für den Pilz-Nudelsalat:

300 g kleine Nudeln	Salz	300 g gemischte Pilze
2 Schalotten	2 EL Pflanzenöl	Pfeffer
5 EL heller Balsam-Essig	1 EL flüssiger Honig	10 EL Olivenöl

Für den Fisch:

600 g Saibling-Filet	Salz	Pfeffer
1 Knoblauchzehe	4 Stiele Thymian, frisch	3 Stiele Rosmarin, frisch
2 TL Butter	80 ml Weißwein	

Für den Kresseschaum:

300 ml Fischfond	150 ml Sahne	100 g Brunnenkresse
Salz	Pfeffer	

Außerdem:

Backpapier

Für den Salat Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser al dente garen.

Nudeln abgießen, kurz kalt abschrecken, abtropfen lassen und in eine Schüssel geben.

Die Pilze putzen und je nach Größe eventuell kleiner oder in Scheiben schneiden.

Schalotten abziehen und in feine Würfel schneiden.

Öl zum Braten in einer großen Pfanne erhitzen. Die Pilze darin unter Wenden kräftig anbraten. Schalottenwürfel hinzugeben und kurz braten. Die Pilze mit Salz und Pfeffer würzen und zu den Nudeln geben.

Für das Dressing Essig, Honig, Salz und Pfeffer verrühren. Das Olivenöl mit einem Mixstab untermixen. Dressing über die Nudel-Pilzmischung geben, alles vorsichtig vermischen. Zugedeckt mindestens 3 Stunden ziehen lassen. Dann Salat noch einmal abschmecken; sollte er zu trocken sein, ca. 60 ml heiße Gemüsebrühe untermischen.

Zum Servieren den Backofen auf 100 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.

Saiblingsfilet kalt abspülen, trocken tupfen und in 4 Portionsstücke teilen.

4 Stücke Back- oder Pergamentpapier vorbereiten. Filetstücke mit Salz und Pfeffer würzen und auf dem Pergament verteilen.

Knoblauch abziehen und fein hacken. Kräuter abbrausen, trocken schütteln.

Knoblauch, Kräuter und Butter auf den Filets verteilen. Je etwa 1 El Weißwein überträufeln.

Papier zu jeweils auslaufsicheren Päckchen falten, verschließen und auf einem Backblech verteilen.

Saiblingsfilet im heißen Backofen etwa 15 Minuten garen.

Währenddessen für den Kresseschaum Fischfond und Sahne in einen Topf geben, aufkochen und offen etwa um die Hälfte einkochen (reduzieren).

Kresse verlesen, waschen und trocken schleudern. Ggf. grobe Stiele entfernen.

Fondmischung mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit der Kresse in einen Standmixer geben und gründlich durchmischen (oder mit dem Pürierstab im Topf mixen). Kresseschaum abschmecken.

Nudel-Pilz-Salat nochmals mit Salz, Pfeffer und eventuell etwas Essig abschmecken.

Fischpäckchen aus dem Ofen nehmen, öffnen. Saiblingsfilet nach Belieben im Pergament auf Teller verteilen. Nudel-Pilz-Salat und Kresseschaum dazu reichen.

Kevin von Holt am 10. Oktober 2023