

Forelle Müllerin, gebratene Salatherzen, Salzkartoffeln

Für zwei Personen:

Für die Forelle:

2 ganze Forellen	1 Knoblauchzehe	3 Zitronen
100 g Butter	2 Zweige glatte Petersilie	2 Zweige Thymian
Mehl, Olivenöl	Salz, Pfeffer	

Für den Salat:

2 Mini-Romanasalatherzen	2 Radieschen	1 EL Olivenöl
Salz Pfeffer		

Für die Croutons:

1 dünne Scheibe Graubrot	Sonnenblumenöl
--------------------------	----------------

Für das Caesar-Dressing:

1 Zitrone	50 g Kapern	Nonpareilles, Saft
1 Ei	40 g Parmesan	1 TL Senf
100 ml Sonnenblumenöl		

Für die Kartoffeln:

6 kl. vorw. festk. Kartoffeln	1 Zweig Petersilie	Butter, Salz
-------------------------------	--------------------	--------------

Für die Forelle: Den Ofen auf 180 Grad Ober-/ Unterhitze vorheizen.

Forelle waschen und trockentupfen. Forelle innen und außen gut mit Salz und Pfeffer würzen, mehlieren und in Olivenöl kross anbraten. Wenden und im Backofen fertig garen.

Zitronen halbieren und insgesamt sechs Filets herausschneiden.

Knoblauch abziehen und klein hacken. Petersilie und Thymian abbrausen, trockenwedeln und hacken. Vor dem Servieren Butter in der Bratpfanne aufschäumen und Zitronenfilets, Knoblauch, Petersilie und Thymian in die Pfanne geben. Die gebratene Forelle damit beträufeln.

Wenn sich die Bauchflosse der Forelle leicht herausziehen lässt, ist dies ein Indikator für die perfekte Garstufe.

Für den Salat: Salatherzen putzen und Strunk entfernen. Salatherzen halbieren und auf der Schnittseite in Olivenöl anbraten. Würzen, wenden und in der lauwarmen Pfanne ziehen lassen. Radieschen waschen, trockentupfen, hobeln und den Salat mit den gehobelten Radieschen-Scheiben durchschwenken.

Salzen und pfeffern.

Für die Croutons: Graubrot in feine Croutons schneiden, in Sonnenblumenöl kross ausbacken und entfetten. Als Knusper auf die Salatherzen streuen.

Für das Caesar-Dressing: Ei trennen und Eigelb auffangen. Zitrone waschen, trockentupfen und Schale abreiben. Zitrone halbieren, auspressen und Saft auffangen.

Parmesan reiben. Aus Eigelb, Senf, Kapern, Zitronensaft- und abrieb, Parmesan und Sonnenblumenöl eine Emulsion herstellen. Kurz vorm Servieren Salatherzen mit dem Dressing beträufeln.

Für die Kartoffeln: Einen Topf mit Salzwasser aufsetzen. Kartoffeln tournieren, in Salzwasser ansetzen und weichkochen.

Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Kartoffeln nach dem Abschütten mit etwas Butter und Petersilie glasieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.

Mario Kotaska am 19. Juni 2020