

Forelle blau, Sahne-Meerrettich und süßer Salat

Für 4 Personen

Forelle:

4 Forellen, a 400 g	250 ml Weißweinessig	4 Lorbeerblätter
5 Pfefferkörner	1 Bund Suppengrün	

Dressing:

2 Zitrone	1 Orange	200 g Crème-fraîche
50 g Zucker	Salz	Pfeffer

Kartoffeln:

500 g Kartoffeln, fest	1 Bund Petersilie, kraus	Butter, Salz
------------------------	--------------------------	--------------

Sahnemeerrettich:

200 ml Sahne	1 kl. Glas Sahnemeerrettich	
--------------	-----------------------------	--

Anrichten:

250 g Butter	1 Kopfsalat	
--------------	-------------	--

Forelle:

Die unbeschädigten Forellen (die natürliche Schleimschicht muss intakt sein, sie muss sich glatt anfühlen und schön glänzen) über einem Topf mit dem Essig übergießen, den Essig auffangen. Den Essig mit Wasser, Lorbeerblättern, Pfefferkörnern und dem Suppengrün aufsetzen. Das Wasser darf nur simmern. Die Forellen vorsichtig einsetzen und in zehn bis zwölf Minuten in dem 70 Grad heißen Sud gar ziehen lassen.

Dressing:

Den Saft der Zitronen und der Orange auspressen. Aus Crème-fraîche, dem Saft der zwei Zitronen, der Orange und dem Zucker ein Salatdressing zubereiten, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

Kartoffeln:

Die Kartoffeln schälen und in gesalzenem Wasser kochen. Die Petersilie fein hacken und mit den Kartoffeln vermengen. Etwas Butter dazugeben.

Sahnemeerrettich:

Aus der geschlagenen Sahne und dem Meerrettich eine Crème bereiten.

Anrichten:

Die geklärte Butter über die Forelle geben, damit sie den Glanz nicht verliert. Den Kopfsalat putzen, klein schneiden und mit dem Dressing vermengen. Die Petersilienkartoffeln dazu reichen.

Steffen Henssler am 24. Juni 2011