

Kräuter-Forelle mit Drillingen in Butter geschwenkt

Für 4 Personen

500 g Drillinge	5 EL Butter	1,5 Bund Petersilie, glatt
4 Forellenfilets	2 Zitronen	2 Äpfel, Boskoop
2 Orangen	100 ml Weißwein, trocken	400 ml Fischfond
1 EL Senfkörner	1 TL Anissamen	3 Blatt Lorbeer
50 ml Balsamico, hell	0,5 Bund Estragon	0,5 Bund Salbei
Salz	Pfeffer	Worcester-Soße
Zucker		

Die Drillinge waschen und ungeschält in Salzwasser garen. Die Forellen abbrausen und trockentupfen, kräftig mit Salz und Pfeffer würzen, mit etwas Worcester-Soße beträufeln und einige Minuten ziehen lassen. Die Orangen und eine Zitrone großzügig schälen und in Scheiben schneiden. Die Äpfel waschen, entkernen und in Spalten scheiden. Nun drei Esslöffel Butter in einem Dampfgarer erhitzen und die Orangen- sowie die Zitronenscheiben und Apfelspalten kurz darin anschwitzen. Das Ganze mit Wein ablöschen und mit Fischfond auffüllen. Den Balsamico-Essig, die Anissamen, Lorbeerblätter und Senfkörner mit dazugeben und zum Kochen bringen. Den Saft der übrigen Zitrone pressen. Nun den Sud mit Salz, Pfeffer, Zitronensaft, Worcester-Soße und Zucker abschmecken, die Forellenfilets auf den Einsatz legen und das Ganze für circa zwölf Minuten bei mittlerer Hitze garen. Einen Bund Blattpetersilie sowie den Bund Estragon und ein paar Blätter Salbei fein hacken und in den Sud geben. Die restliche Butter in einer Pfanne erhitzen und die Kartoffeln darin schwenken. Die übrige Petersilie fein hacken und die Kartoffeln damit bestreuen. Die Forellenfilets mit dem Obst und den Kräutern anrichten, etwas Sud dazugeben und mit den Drillingen servieren.

Horst Lichter am 31. Juli 2010