

Lachs-Forellen-Filet auf Brokkoli

Für 4 Personen:

4 Lachsforellenfilets	1 Zitrone	450 g Blätterteig
1 Broccoli, groß	1 Zweig Thymian	1 Limette, unbehandelt
1 Zweig Blatt Petersilie	50 g Mandeln	1 Bund Schnittlauch
3 Eier	1 Bund Dill	200 ml Sahne
1 Zwiebel	0,5 Bund Basilikum	Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 220°C Umluft vorheizen.

Die Zitrone auspressen, die Limettenschale abreiben.

Eier trennen.

Kräuter fein hacken.

Mandeln fein hacken.

Zwiebel fein hacken.

Fischfilets mit Salz und Pfeffer würzen und mit etwas Zitronensaft beträufeln.

Den Blätterteig zu Rechtecken ausrollen.

Die gehackten Kräuter, Mandeln und zwei Eier mit Salz, Pfeffer und der Limettenschale verrühren. Auf jedes Teigblatt ein Filet legen und dieses mit der Paste bestreichen. Den Teig einschlagen und die Ränder mit dem Eiklar einpinseln und zusammendrücken. Dann die Oberseite mit dem Eigelb bestreichen und die Lachsforelle im Blätterteig im Backofen 15 bis 20 Minuten backen. Die feingehackte Zwiebel mit Basilikum, Salz, Pfeffer und der Sahne aufkochen, dann etwas einkochen lassen. Bei Bedarf mit etwas Zitronensaft abschmecken. Danach die Sauce durch ein Sieb gießen und in einem Topf auffangen. Broccoli kurz in kochendes Salzwasser werfen, den Topf vom Herd nehmen und in dem Wasser kurz bissfest ziehen lassen, gemeinsam mit der Sauce und Fisch servieren.

Aus dem Blätterteig einen ganzen Fisch formen! Dazu drei Lagen ausgerollten Blätterteig übereinander legen, und die Fischfilets darauf legen. Den restlichen ausgerollten Blätterteig von oben auf den Fisch legen, andrücken. Mit einem Teigroller einen schönen großen Fisch ausschneiden, die Ränder mit Eiklar bestreichen und zusammendrücken. Die Oberseite mit Eigelb bestreichen. Hier reicht eine niedrigere Temperatur: Den Ofen auf 165°C stellen und 15 bis 20 Minuten backen.

NN