

Lachsforelle in Estragon-Butter mit Nuss-Cranberry-Pilaw

Für 4 Personen

Pilaw:

2 Schalotten	ca. 90 g Butter	50 g Sehriye
200 g Langkornreis	Meersalz	1 EL getrock. Aprikosen
1 EL Mandelstifte	1 EL Pistazien	1 EL Pinienkerne
1 EL getrock. Cranberrys		

Dip:

1 kleine Salatgurke	Salz, Zucker, Cayennepfeffer	150 g türk. Joghurt (10%)
3 EL Olivenöl	2 EL Zitronensaft	Abrieb von $\frac{1}{2}$ Zitrone

Lachsforelle:

500 g Lachsforellenfilet	2 EL Rapskernöl	2 EL Butter
2 Zweige Estragon	Meersalz	1-2 EL Zitronensaft

Pilaw:

In einem Topf 30 g Butter aufschäumen und Zwiebeln darin anschwitzen.

Sehriye und Reis darin bei schwacher Hitze 7-8 Minuten andünsten, eine kräftige Prise Meersalz dazugeben. 400 ml heißes Wasser angießen und den Reis zugedeckt bei schwacher Hitze etwa 15 Minuten ausquellen lassen. Die Aprikosen in Streifen schneiden. Die restliche Butter (60 g) in einer kleinen Pfanne aufschäumen und Aprikosen, Mandelstifte, Pistazien, Pinienkerne und Cranberrys darin 1-2 Minuten anschwitzen.

Die Aprikosenmischung auf dem Reispilaw verteilen.

Dip:

Gurke schälen, grob raspeln, mit je einer Prise Salz und Zucker bestreuen und Wasser ziehen lassen. Den Joghurt mit dem Öl verrühren und mit Zitronensaft, Salz und Cayennepfeffer würzen. Die Gurkenraspel ausdrücken und untermischen. Den Dip in Schälchen füllen und mit der Zitronenschale garnieren.

Lachsforelle:

Lachsforellenfilets waschen, trocken tupfen und in acht Medaillons schneiden. Das Öl in einer Pfanne erhitzen und den Fisch darin bei starker Hitze auf jeder Seite 1-2 Minuten anbraten. Die Hitze reduzieren und die Butter in die Pfanne geben. Den Fisch 2-3 Minuten weitergaren. Den Estragon waschen und trocken schütteln, die Blättchen abzupfen und fein schneiden. Den Estragon zur Butter geben. Den Fisch in der Estragonbutter wenden und mit Meersalz und Zitronensaft abschmecken.

Anrichten:

Je zwei Medaillons mit etwas Estragonbutter auf vier Teller geben und mit Nuss-Cranberry-Pilaw servieren. Den Gurkendip dazu reichen.

Ali Güngörmüs am 04. September 2020