

AUF IN DEN FRÜHLING!

Fjordforellenfilet in Zitronenbuttersauce auf glaciertem Gemüse und jungen Kartoffeln

Zutaten (2 Portionen)

Fisch:

ca. 400 g Fjordforellenfilet, ohne Haut
Salz, Pfeffer, Prise Zucker
100 g Butter
100 g steif geschlagene Sahne
2 Zitronen

Gemüse:

200 g Zuckerschoten
1 mittelgroße Karotte
6 Kirschtomaten
50 g Butter
500 g Junge Kartoffeln
Salz, Zucker, Muskat, Kümmel

Zubereitung

Fisch und Sauce

Die Fjordforellenfilets würzen. Die Zitrone waschen und die Schale abreiben. Anschließend die Zitrone auspressen und mit der Butter und einer Prise Zucker in einer Pfanne bei schwacher Hitze zerlassen. Jetzt die Fjordforellenfilets in die Zitronenbutter geben und langsam gar ziehen lassen. Später den Fisch herausnehmen und auf dem glacierten Gemüse anrichten. Die Buttersauce zum Sieden bringen. Kurz vor dem Servieren die geschlagene Sahne mit einem Mixstab unterarbeiten und über den Fisch geben.

Gemüse

Die Fäden an den Zuckerschoten entfernen. Die Karotte schälen, der Länge nach halbieren und diagonal in ca. 5 mm starke Scheiben schneiden. Jetzt beides in der Butter kurz anschwitzen. Mit Salz, Zucker und Muskat würzen und bissfest garen. Zum Schluss die Kirschtomaten zugeben.

Die jungen Kartoffeln in Salzwasser mit etwas Kümmel kochen und alles anrichten

Ich empfehle Ihnen dazu einen gut gekühlten trockenen Weißburgunder.

Viel Erfolg und guten Appetit wünscht