

## **Confiertes Lachsforellenfilet mit rosa Grapefruit und Feldsalat mit Walnüssen**

Zutaten: 4 Lachsforellenfilets (80-100 g), 1 EL weiche Butter, 2 EL Olivenöl, 1 rosa Grapefruit, Salz, Pfeffer, Zitrone, 2 EL Walnusskerne, 1 EL Puderzucker, 80 ml Orangenessig, 80 ml Distelöl, 80 ml Sonnenblumenöl, 1 EL Senf mittelscharf, 1 EL Honig (ersatzweise Zucker), 200 g Feldsalat

Die Lachsforellenfilets kalt abspülen, mit Küchenpapier trocknen und mit der Hautseite nach unten auf ein Brett legen. Mit dem Rücken eines Messers vom Kopf- zum Schwanzende hin über die Filets streichen, um die Gräten aufzurichten. Diese mit einer Grätenzange von den Filets ziehen. Die Lachsforellenfilets mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen. Ein Blech leicht buttern, mit etwas Olivenöl bestreichen und die Lachsforellenfilets mit der Hautseite nach unten darauf legen. Mit dem Rest der Butter und Olivenöl bestreichen. Die Grapefruit filetieren und zu den Lachsforellenfilets legen. Alles mit Klarsichtfolie überspannen und bei 80° C (Ofen vorheizen) in ca. 10-12 Min. confieren. Die Lachsforellenfilets vorsichtig umdrehen, die Haut abziehen und schnell servieren.

Die Walnusskerne grob hacken, in einer trockenen Pfanne ein wenig rösten und dabei mit etwas Puderzucker bestreuen.

Für das Dressing Senf mit Honig, Essig und den Gewürzen verrühren und die Öle mit dem Stabmixer darunter rühren. Die SalatsöÙe sollte leicht säuerlich schmecken. Den geputzten und gewaschenen Feldsalat gut abtropfen lassen. Kurz vor dem Servieren mit dem Dressing vermischen. Anrichten: siehe Foto.

