

Unsere Lieblings-Rezepte!

ESSEN & TRINKEN *live*MAGAZIN Kochkolumne - November-Dezember 2018

Rezept: Gerd Astor/Foto: © Peter Fernau

Zweierlei von der Schwarzwaldforelle

Gebratenes Forellenfilet mit Mandelbutter auf Kürbispüree

Zutaten für 4 Personen: 2 Forellenfilets mit Haut, 50 g Butter, 20 g gehobelte Mandel, ½ Zitrone, 1 EL gehackte Petersilie, 200 g Butternut Kürbis, 25 g Butter, Salz, Muskat

Zubereitung: Kürbisfleisch im Salzwasser weich kochen, abschütten, das Wasser herauspressen, die Masse mit Butter, etwas Salz und Muskat im Mixer pürieren, warm halten. Die Forellenfilets mit Salz und Zitrone würzen, leicht mit Mehl bestäuben und in der Pfanne mit der Butter braten. Die Mandeln hinzugeben und darauf achten, dass die Mandelblättchen nicht verbrennen. Petersilie, etwas Zitronensaft hinzugeben. Das Kürbispüree mit einem Esslöffel als Nocke auf den Teller geben und das gebratene Forellenfilet anlegen, mit der Mandelbutter beträufeln.



Pochiertes Forellenfilet in Chablis auf Selleriepüree

Zutaten für 4 Personen: 2 Forellenfilets ohne Haut, 0,2 L Chablis oder Riesling, 0,2 L Sahne, 1 kleine Schalotte fein gewürfelt, 250 g Sellerieknolle geschält, 100 g Butter, Salz und Zucker

Zubereitung: Sellerie in Stücke schneiden und im Salz- Zuckerwasser weich kochen, abschütten, kräftig auspressen. Im Mixer mit der Butter, etwas Salz und Zucker fein pürieren. Warm stellen. Den Chablis mit den feingewürfelten Schalotten in einer Pfanne aufkochen und leicht salzen. Die Forellenfilets einlegen und unter dem Siedepunkt garen (ziehen lassen, pochieren). Das Selleriepüree mit einem Esslöffel anrichten, die gegarten Filets darauf anrichten. Den Fond in der Pfanne mit der Sahne reduzieren und solange einkochen, bis die Soße eine gute Konsistenz hat, aufmixen und das Filet mit der Soße übergießen. Beide Gerichte können gerne gemeinsam auf dem Teller als kleine Variation angerichtet werden. Das Gericht ist ein Zwischengericht, darum nur ein halbes Forellenfilet pro Person, als Hauptgang rechnet man 1 Filets pro Person.

Tipp: Die Forellenfilets 1 Tag vor der Zubereitung frisch bei einem Forellenhändler einkaufen, damit die Filets sich entspannen und besser zubereiten lassen.

Weinempfehlung Weingut Nägelsfürst

**Mauersturz | Mauerberg Steinterrassen
2016 Riesling | trocken**