

Zurück zur Natur - Wieselburg

Lachsforelle - Spargel/Raps/Radieschen

Rezept von Renate Schaufler, „Bärenwirt“ / 3252 Petzenkirchen

Lachsforelle

Zutaten:

4 Lachsforellenfilets (mit Haut)
2 EL Mehl-Brösel-Mischung
1 EL Rapsöl
Bergsalz
Rosmarin, Thymian
braune Butter (geschmolzen)

Zubereitung:

Filets auf der Hautseite mehlieren. In heißem Rapsöl auf der Hautseite langsam braten. Mit Salz und Kräutern würzen. Wenn die Oberseite glasig wird, mit brauner Butter bepinseln. Kurz wenden, dann herausnehmen.

Rapsöl-Emulsion

Zutaten:

20 g Zucker
2 Eigelb
100 g Gemüsefond
1 Prise Xanthan
Salz
Zitronensaft
250 g Rapsöl
80 g Apfelessig

Zubereitung:

Alle Zutaten außer Öl mixen, Öl langsam einarbeiten, bis eine Emulsion entsteht.

Gepickelte Rapsblüten & Radieschen

Rapsblüten: 120-180 g pro 1-Liter-Glas

Radieschen: 600-800 g pro 1-Liter-Glas

Pickelfond

Zutaten:

200 g Apfelessig

200 g Gemüsefond

70 g Zucker

15 g Salz

6 Wacholderbeeren

6 Pfefferkörner

3 Lorbeerblätter

1 TL Senfsamen

Zubereitung:

Fond aufkochen und 15 Minuten köcheln.

Rohes Gemüse bzw. Blüten in Gläser füllen und mit heißem Fond übergießen.
2-3 Tage ziehen lassen.

Radieschenblätteröl

Zutaten:

100 g Radieschenblätter

25 g Spinat

200 ml Rapsöl

Alles bei 80°C mixen, passieren und Öl abtrennen.

Spargelragout mit Bärlauch

Zutaten:

300 g grüner Spargel

2 EL Butter

Bärlauchpüree

Salz, Limettensaft

Spargel schneiden, in Butter anschwitzen, Bärlauchpüree zugeben und abschmecken.

Anrichten

Rapsölemulsion auf einen Teller geben, Spargel darauf, Fisch darauf setzen.
Mit gepickelten Radieschen, Rapsblüten und Radieschenblätteröl vollenden.