

## Zurück zur Natur - Tulln

### Gebratenes Lachsforellenfilet auf Bärlauch-Risotto

von Gabriele Amstätter, Gasthof Amstätter

ca. 150 g Lachsforellenfilet pro Person  
2 EL Olivenöl  
1 Zwiebel gehackt  
400 g Risotto-Reis  
0,5 l Weißwein  
Salz und Pfeffer  
Mehl  
200 g Bärlauch  
1/8 l Wasser

Bärlauch und Wasser im Standmixer zu einem feinen Mus mixen und zu einem Pesto verarbeiten. Nach Wunsch Knoblauch hinzugeben.  
Fein gehackte Zwiebel in Olivenöl anschwitzen, Reis dazugeben und kurz rösten.  
Dann mit Wein löschen. Das Bärlauch-Pesto kurz vor dem Servieren dazugeben.  
Nach ca. 20 bis 25 Minuten sollte das Risotto fertig sein (noch ein wenig bissfest!).  
Mit Salz und Pfeffer würzen.

**Lachsforellenfilets:** Die Lachsforellenfilets salzen, mehlieren und in Öl auf der Hautseite anbraten. Mit Bratensaft begießen, damit auch die Oberseite gar wird. Zugedeckt etwas rasten lassen und dann auf dem Bärlauch-Risotto anrichten