

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 23. April 2024** ▪
Vorspeise mit Nelson Müller



Alexander Waesch

**Konfierte Forelle mit Buttermilch-Gurken-Sauce,
Gurkensalat und Forellenkaviar**

Zutaten für zwei Personen

Für die Forelle:

2 Bachforellenfilets, à ca. 150 g, mit
Haut
1 Zitrone, Abrieb
1 Bund Dill
25 ml Rapsöl
25 g Salz
Meersalz, zum Würzen

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Forellenfilets ggf. entgräten. 25 g Salz in 250 ml Wasser auflösen und Forellenfilets 10 Minuten darin beizen.

Backpapier auf ein Backblech legen, die gebeizten Filets mit der Hautseite nach unten auflegen. Filets mit Rapsöl benetzen, etwas Dill darauf verteilen. Backblech mit ofenfester Klarsichtfolie abdecken und etwa 12 Minuten im Ofen garen.

Blech herausnehmen, Filets auf die Fleischseite drehen und mit einem Messer vorsichtig die Haut ablösen. Filets auf Hautseite wenden, mit etwas Zitronenschale, Dill und Meersalz würzen.

Für den Gurkensalat:

3 Mini-Gurken
1 Schalotte
2 Zweige Dill
2 EL Apfelessig
3 EL Rapsöl
1,5 TL Zucker
1,5 TL Salz

Schalotte abziehen und in feine Würfel schneiden. Wasser in einem Topf zum Kochen bringen. 1 TL Salz, 1 TL Zucker und 1 EL Apfelessig dazugeben, Schalottenwürfel kurz darin blanchieren.

Dill sehr fein schneiden. Mini-Gurken in sehr feine Scheiben hobeln. Vinaigrette aus restlichem Salz, restlichem Zucker, restlichem Apfelessig und Rapsöl herstellen und Gurken damit marinieren. Schalottenwürfel und Dill unter die Gurkenscheiben heben.

Für die Sauce:

1 große Gurke
1 Zitrone, Saft
125 ml Buttermilch
50 ml Rapsöl
1 Prise Zucker
Salz, aus der Mühle

Gurke klein schneiden und mit der Buttermilch in einen Küchenmixer geben. Zitrone halbieren und auspressen. Etwas Zitronensaft, Rapsöl, Salz und Zucker hinzufügen und alles sehr fein mixen. Durch ein feines Sieb abgießen.

Für die Garnitur:

25 g Forellenkaviar
Einige Dillspitzen
Etwas Rapsöl

Dill zupfen.

Vinaigrette auf Teller geben, Gurkensalat auf der Forelle anrichten, Forellenkaviar auf der Gurke verteilen, mit Dillspitzen garnieren. Filets mithilfe einer Palette auf die Vinaigrette geben, mit Rapsöl beträufeln.



Laut WWF ist die **Forelle** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand April 2024):

- 1. Wahl: Bachforelle, Seeforelle: Österreich, Aquakultur: Teichanlagen, Durchflusssanlagen