

Herbert Sientschnig

Professional

Lachsforellenforellenfilet in der Kürbiskernkruste mit Erdäpfel Bärlauch Püree auf Frühlingszwiebelschaum

Hauptspeise

Fischgerichte

Geburtstag

Muttertag

Österreichisch

Zubereitung 

Schwierigkeit: ● ● ● ○ ○

Geschälte Erdäpfel in Salzwasser zugedeckt kochen. Abseihen, heiß ausdampfen lassen und fein passieren, warme Butter einrühren und heiße Milch nach und nach darunterziehen. Mit Salz und Muskat würzen, vor dem Servieren Bärlauch unterheben.

Für den Frühlingszwiebelschaum Butter schmelzen Frühlingszwiebel mit anschwitzen Mehl einrühren und farblos anrösten. Weißwein zugießen und aufkochen, Obers begeben und einige Minuten kochen. Mit kalter Butter aufmontieren und Stabmixer schaumig auf mixen und nach Bedarf Salz zugeben.

Lachsforellenfilet waschen auf Küchentrepp trocknen und Gräten entfernen (am besten mit einer Pinzette) in gefällige Portionen schneiden, mit Meersalz würzen. Lachsforellenfilet mit der Hautseite in das Aufgeschlagene und gut verrührte Ei tauchen und in das Semmelbrösel Kürbiskern Gemisch drücken. Etwas Öl in einer Pfanne erhitzen und die Lachsforellen Stücke auf der Hautseite einlegen und Goldgelb braten. Kurz vor dem gewünschten Gar Punkt, auf die Fischinnenseite legen.



Zutaten

Erdäpfel-Bärlauch Püree:

400 g Erdäpfel, mehlig, roh geschält

50 g Butter

1 dl Milch

Salz

Muskat

1 EL fein geschnittener Bärlauch (oder 1 TL Bärlauch Pesto)

Frühlingszwiebelschaum:

1 EL fein geschnittener Frühlingszwiebel

100 g Butter

100 g Mehl

¼ l trockener Weißwein

1/16 l Obers

150 g Butter zum Montieren

Salz nach bedarf

Lachsforellenfilet in der Kürbiskernkruste:

1 Lachsforellenfilet

1 Ei

3 EL Semmelbrösel

1 EL gehackte Kürbiskerne

Etwas Speiseöl

1 EL Butter