



Rezept des Monats – April 2014

Forelle auf Orangenbutter

Zutaten:

2 Forellenfilets mit Haut; 2-3 Zweige Thymian; 1 Orange; 1 Stange Lauch; 200 ml Gemüsebrühe; 50 gr frischer Meerrettich; 100 gr. Butter; Salz; Pfeffer aus der Mühle.

Zubereitung:

Butter verflüssigen, einen großen Teller oder Schale mit der Butter gut einpinseln. Mit gezupften Thymianblättern und Orangenabrieb bestreuen.

Forellenfilets halbieren, die Hautseite Salzen, die andere Seite mit Salz und Pfeffer würzen. Mit der Fischseite auf der eingepinselten Teller legen. Die Hautseite auch mit reichlich flüssiger Butter bepinseln. den Teller mit Frischhaltefolie abdecken, auf dem Ofengitter in der mittleren Schiene des Backofens stellen und bei 80°C Umluft etwa 15 Min. garen lassen (der Fisch ist fertig wenn die Haut leicht abzuziehen ist).

Geputzten Lauch in dicke Scheiben schneiden in eine Pfanne legen, mit der Gemüsebrühe auffüllen, salzen, aufkochen lassen, mit dem Deckel zudecken und 5-8 Min. ziehen lassen.

Lauchscheiben auf Teller anrichten, der Forelle Haut abziehen, mit der abgezogenen Hautseite nach oben auf den Lauch geben, mit grobem Salz und frischem Meerrettich bestreuen.

Dazu einen guten fränkischen Silvaner.