



Hier und heute

Lachsforelle im Kartoffel-Petersilienwurzelrösti

Olaf Baumeister macht Lachsforelle in einer Kartoffel-Petersilienwurzelrösti auf Rahmwirsing. Unser Koch zeigt, wie die Röstikruste für den Fisch perfekt gelingt und der Rahmwirsing besonders aromatisch wird. Einfach köstlich!

Das Rezept

Lachsforelle im Kartoffel-Petersilienwurzelrösti auf Rahmwirsing

von Olaf Baumeister für vier Personen

Zutaten für die Lachsforelle

- 200 g Lachsforelle ohne Haut und Gräten (alternativ Kabeljau, Zander, Forelle)
- 100 g Kartoffeln, vorwiegend festkochend
- 100 g Petersilienwurzel
- Salz, Pfeffer und Muskatnuss
- 1 EL Mehl

Zubereitung

Die Lachsforelle in zwei gleichmäßige Stücke schneiden und vorsichtig salzen. Die Kartoffeln und die Petersilienwurzeln schälen, in feine Streifen reiben oder raspeln und mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss würzen. Die Masse etwas ausdrücken.

Die Lachsforellenfilets im Mehl wenden und von einer Seite mit der Kartoffel-Röstimasse belegen. Alles fest andrücken und mit der Röstimasse nach unten in eine heiße Pfanne mit etwas Öl legen. Die Röstikruste schön braun anbraten, den Fisch wenden und von der anderen Seite noch einmal 30 Sekunden weiter braten.

Zutaten für den Rahmwirsing

- 200 g Wirsing
- 1 Schalotte
- 50 ml Brühe, z.B. Gemüsebrühe
- 50 ml Sahne
- 1 EL Crème fraîche
- 1 TL Butter
- 1 Spritzer Sherry
- Salz und schwarzer Pfeffer aus der Mühle

Zubereitung

Die Schalotte fein würfeln und in der Butter glasig anschwitzen. Alles mit Sherry ablöschen und mit Brühe auffüllen. Sahne und Crème fraîche dazugeben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken.

Die Außenblätter des Wirsings entfernen. Die übrigen Blätter vom Struck lösen und in kochendem Salzwasser bissfest garen (circa vier Minuten). Dann sofort in kaltem Wasser abkühlen, damit der Wirsing nicht nachgart. Die Blätter in feine Streifen schneiden, im Sherryrahm erhitzen und noch einmal abschmecken.