

Kräuter-Forelle mit Kartoffel-Talern, Meerrettich-Dip

Für zwei Personen

Für den Fisch:

2 Forellen, à 450 g	1 Zitrone	1 Bund Thymian
1 Bund Rosmarin	Olivenöl	Salz, Pfeffer

Für die Kartoffeltaler:

300 g festk. Kartoffeln	Olivenöl	Salz, Pfeffer
-------------------------	----------	---------------

Für den Dip:

1 Zitrone	250 g Crème-fraîche	100 g Walnusskerne
1 Wurzel Meerrettich, à 50 g	Salz, Pfeffer	

Für den Salat:

300 g Hokkaidokürbis	250 g Feldsalat	1 Zwiebel
1 EL dunkler Honig	1 EL Butter	3 EL Kürbiskernöl
2 EL Weißweinessig	1 Bund glatte Petersilie	Zucker, Salz, Pfeffer

Den Backofen auf 220 Grad Umluft vorheizen. Einen weiteren Backofen auf 180 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen. Die Kartoffeln waschen, in dünne Scheiben schneiden und mit Küchenpapier trocken tupfen. Die Scheiben dünn mit Olivenöl bestreichen, mit Salz und Pfeffer würzen und nebeneinander auf einem Blech verteilen. Anschließend für 15 Minuten bei 220 Grad in das untere Drittel des Ofens legen bis die Scheiben goldbraun gebacken sind. Für den Fisch die Forellen waschen, trocken tupfen und auf beiden Seiten mit einem scharfen Messer mehrmals schräg einschneiden. Anschließend mit dem Olivenöl, Salz und Pfeffer einreiben und mit den Thymian- und Rosmarinzweigen füllen. Die Zitrone in Scheiben schneiden und die Zitronenscheiben in die Fische legen. Eine Pfanne mit Olivenöl erhitzen und die Forellen von beiden Seiten scharf anbraten. Anschließend die Fische mit der Pfanne bei 180 Grad in den Ofen geben und für 20 Minuten backen, bis sie goldbraun und knusprig sind. Für den Dip den Meerrettich schälen, fein reiben und die Walnusskerne fein hacken. Beides mit der Crème-fraîche vermengen. Den Saft einer Zitrone auspressen. Den Dip mit Salz, Pfeffer und dem Zitronensaft abschmecken. Für den Salat den Kürbis von den Kernen und Fasern befreien, in Würfel schneiden und in einer Pfanne mit der Butter und dem Honig garen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Feldsalat zupfen, waschen und trocken schleudern. Anschließend die Zwiebel abziehen, in feine Würfel schneiden und die Petersilie fein hacken. Den Salat, die Zwiebeln und die Petersilie in einer Schale vermengen, die Kürbiswürfel dazugeben und mit dem Kürbiskernöl, dem Weißweinessig, Zucker, Salz und Pfeffer vorsichtig unterheben. Die Kräuter-Forelle mit den Kartoffeltalern, dem Meerrettich-Walnuss-Sahne-Dip und dem Honigkürbis-Salat auf Tellern anrichten, mit den Zitronenscheiben garnieren und servieren.

Freya Wollenhaupt am 01. Dezember 2014