

Gefüllte Forelle mit Bratkartoffeln, Kräuter-Mayonnaise

Für zwei Personen

Für die Forelle:

2 Forellen	2 Zitronen	Butterschmalz
1 Bund Rosmarin	1 Bund Thymian	1 Bund Dill
1 Bund glatte Petersilie	Salz	Pfeffer

Für die Bratkartoffeln:

5 festk. Kartoffeln	200 g durchw. Speck	2-3 Zwiebeln
1 Bund glatte Petersilie	Salz, Pfeffer	Eiswasser

Für die Mayonnaise:

1 Zitrone	2 Eier	1 TL Senf
1 Zweig Rosmarin	1 Zweig Thymian	1 Stängel glatte Petersilie
1 Stängel Dill	200 g Sonnenblumenöl	Salz

Für den Salat:

200 g Buttersalat	10-15 Kirschtomaten	1 rote Paprikaschote
1 gelbe Paprikaschote	$\frac{1}{2}$ Gurke	1 Zwiebel

Für das Dressing:

1 EL Schmand	2 TL flüssiger Honig	
1 TL Senf	2 Zweige Dill	
5-10 TL Olivenöl	Salz	Pfeffer

Für die Forelle: Die Zitronen in Scheiben schneiden. Rosmarin, Thymian, Dill und Petersilie abbrausen und trockenwedeln. Forellen mit Kräutern und Zitronenscheiben füllen und in einer großen Pfanne in Butterschmalz 5-10 Minuten von beiden Seiten braten. Sie ist dann fertig, wenn die Rückenflosse leicht herausziehbar ist. Zum Schluss mit Salz und Pfeffer würzen.

Für die Bratkartoffeln: Kartoffeln schälen und in Scheiben schneiden. In Salzwasser kochen. Anschließend in kaltem Wasser abschrecken. Speck in Würfel schneiden.

Zwiebeln abziehen und ebenfalls würfeln. In einer Pfanne Speck anbraten und auslassen. Sobald er gebräunt ist, den Speck herausnehmen und in dem Fett die Zwiebeln anbraten. Auch diese herausnehmen und in demselben Fett und etwas Butterschmalz die Kartoffeln anbraten, bis eine schöne Bräunung entsteht. Petersilie abbrausen, trockenwedeln und hacken. Vor dem Servieren Petersilie, Speck und Zwiebeln zu den Kartoffeln geben und gut durchschwenken.

Für die Mayonnaise: Rosmarin, Thymian, Dill und Petersilie abbrausen und trockenwedeln.

Zitrone halbieren, Saft auspressen und auffangen. Kräuter fein hacken. In einem hohen Gefäß Eier, Öl, Senf und Zitronensaft mit einem Stabmixer langsam zu einer Emulsion hochziehen. Wenn eine cremige Mayonnaise entstanden ist Kräuter untermixen. Mit Salz abschmecken.

Die Konsistenz einer Mayonnaise wird durch die Ölmenge gesteuert. Je mehr Öl verwendet wird, desto fester wird die Mayonnaise.

Eine echte Mayonnaise hat bis zu 80% Fett.

Für den Salat: Kirschtomaten halbieren. Salat waschen, verlesen und klein schneiden.

Zwiebel abziehen und in feine Halbringe schneiden. Beide Paprikaschoten halbieren, von Scheidewänden und Kernen befreien und in Würfel schneiden. Gurke schälen, vom Kerngehäuse befreien und in Trapeze schneiden. Salat, Tomaten, Zwiebel, Paprika und Gurke vermengen.

Für das Dressing: Dill abbrausen, trockenwedeln und hacken. Schmand, Honig, Senf, Balsamico und Olivenöl mit Salz und Pfeffer vermengen und gehackten Dill unterrühren. Salat damit anmachen.

David Jäger am 07. Dezember 2021