

Feld-Salat mit Steinbeißer-Filet und Walnuss-Kernen

Für zwei Personen

2 festk. Kartoffeln	1 Steinbeißerfilet, à 200 g	1 Scheibe Graubrot
125 g Feldsalat	1 Apfel	1 Zitrone
1 Ei	50 g Walnüsse	20 g Apfelschmalz
2 Zweige Dill	3 EL Gemüsefond	1 EL Apfelessig
4 EL Traubenkernöl	Olivenöl	Butter
Rohrzucker	Salz	schwarzer Pfeffer

Die Kartoffeln waschen und in der Schale garkochen. Das Ei circa acht Minuten garkochen. Den Salat waschen und trocken schleudern. Die Wurzelansätze entfernen. Das Ei abschrecken, schälen und hacken. Aus dem Traubenkernöl, dem Apfelessig und dem Fond eine Vinaigrette herstellen. Mit Salz, Pfeffer und dem Rohrzucker abschmecken. Die Kartoffeln abgießen, pellen und sehr fein zerdrücken. Die zerdrückte Kartoffel unter Vinaigrette geben und gut vermischen. Den Fisch waschen und trocken tupfen. Die Zitrone auspressen und den Saft auf den Fisch geben. Etwas Butter in der Pfanne erhitzen und den Fisch von beiden Seiten anbraten. Das Graubrot mit dem Apfelschmalz bestreichen. Den Apfel schälen, halbieren, vom Kerngehäuse befreien und in sehr feine Streifen schneiden. Den Dill zupfen. Die Apfelscheiben mit dem Dill vermengen und unter den Feldsalat mischen. Die Vinaigrette über den Salat geben. Die Walnüsse knacken und unter den Salat mischen. Den Salat auf Tellern anrichten, das Steinbeißerfilet obenauf geben und mit dem Apfelschmalzbrot servieren.

Marlies Ringelstein am 20. März 2012