

Forelle mit Parma-Schinken und Trauben-Fenchel-Gemüse

Für 4 Personen

400 g Kartoffeln, mehlig	Meersalz	200 g blaue Trauben
2 Fenchelknollen	1 Bund gemischte Kräuter	30 g Parmesan
2 EL grober Senf	4 EL kleine Kapern	2 EL weiche Butter
Pfeffer	4 Forellenfilets á 170 g	12 Scheiben Parma-Schinken
70 ml Olivenöl	1 EL Butter	1 TL Zucker
200 ml Milch	100 g Sahne	

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser weich kochen. Für das Gemüse die Trauben waschen, halbieren und die Kerne entfernen. Den Fenchel putzen und in feine Stifte schneiden. Für die Paste die Kräuter abspülen, trocken schütteln und fein hacken. Parmesan fein reiben. Senf, Parmesan, Kräuter, 2 EL Kapern, 1 EL Butter, etwas Meersalz und Pfeffer mischen. Die Haut behutsam von den Forellenfilets lösen und falls vorhanden Gräten aus dem Fischfleisch entfernen. Den Parma-Schinken ausbreiten, die Forellenfilets darauf legen und mit der Paste bestreichen. Anschließend die Filets mit dem Schinken umwickeln. Das Kartoffelwasser abgießen und die Kartoffeln 3 Minuten ohne Deckel ausdampfen lassen. 2 EL Olivenöl in einer Pfanne erhitzen. Die Fischröllchen mit der Nahtseite nach unten in das heiße Öl legen und pro Seite 3 Minuten sanft anbraten. Fenchel und Trauben in einer Pfanne mit 1 EL Butter anbraten, mit Zucker bestreuen und karamellisieren lassen. Ausgedampfte Kartoffeln durch eine Presse drücken und mit 50 ml Olivenöl glatt rühren. Milch und Sahne erwärmen und zugeben, nicht zu lange rühren. 2 EL Kapern untermischen und das Püree mit Meersalz abschmecken. Das Kartoffelpüree auf die Teller verteilen, die Forellenfilets darauflegen und mit dem Trauben-Fenchel-Gemüse servieren.

Christian Henze am 14. Januar 2014