

▪ **Die Küchenschlacht – Menü am 25. September 2023** ▪
Leibgericht mit Alexander Kumptner



Renate Stolzenberger-Hamers

Gebratene Lachsforelle mit Dill-Erbsenpüree und gerösteten Pekannüssen

Zutaten für zwei Personen

Für das Püree:

300 g TK-Erbsen
 1 Zitrone, davon Saft
 100 ml Sahne
 100 g saure Sahne
 100 ml Gemüsefond
 ½ Bund Dill
 Salz, aus der Mühle
 Schwarzer Pfeffer, aus der Mühle

Den Fond und Erbsen in einem Topf kurz aufkochen.

Erbsen durch ein Sieb passieren und wieder zurück in den Topf geben. Spitzen des Dills von den Stielen zupfen. Etwas Dill zum Bestreuen beiseitestellen. Restlichen Dill, saure Sahne und Sahne zu den Erbsen geben und alles mit dem Stabmixer fein pürieren. Zitrone halbieren und auspressen. Püree mit Salz und Pfeffer, etwas Zitronensaft würzen.

Für die Nüsse:

20 g Pekannüsse

Nüsse 3 Minuten in einer Pfanne rösten.

Für die Lachsforelle:

2 Lachsforellenfilets, à 150 g, mit Haut
 5 EL Butter
 1 EL flüssiger Honig
 1 EL Fenchelsaat
 1 EL gemahlener Kurkuma
 ½ Bund glatte Petersilie
 50 g Mehl
 2 EL Rapsöl
 Salz, aus der Mühle

Fenchelsaat im Mörser zerkleinern und mit Kurkuma mischen. Fisch salzen und in der Fenchelsaat-Kurkuma-Mischung würzen, anschließend in Mehl wälzen. Petersilie hacken.

Rapsöl in die Pfanne geben und den Fisch zuerst auf der Fischseite und dann auf der Hautseite anbraten. Immer wieder auf den Fisch drücken, sodass der Fisch mit der ganzen Hautseite Kontakt zur Pfanne hat.

Butter, Honig und Petersilie dazu geben und mit der Nussbutter den Fisch übergießen.

Für die Garnitur:

50 g Forellenkaviar

Gericht mit Forellenkaviar garnieren.

Das Gericht auf Tellern anrichten und servieren.



Laut WWF ist die **Meerforelle**, **Seeforelle** oder **Bachforelle** aus folgenden Gebieten zu empfehlen (Stand September 2023):

- 1. Wahl: Bachforelle, Seeforelle: Österreich (Aquakultur: Teichanlagen, Durchflussanlagen)
- 2. Wahl: Bachforelle, Seeforelle: Finnland, Europa (Aquakultur: Durchflussanlagen, Netzkäfiganlagen)