

# Fisch – fangfrisch auf den Tisch!



## Lachsforelle in der Salzkruste

### Zutaten:

1 ausgenommene  
Lachsforelle (ca. 1 – 1,5 kg)  
2 – 3 kg Grobes Meersalz  
Butter  
Petersilie  
Wasser

Als erstes sollte man die Lachsforelle noch einmal etwas nachwaschen und etwas Petersilie in den Bauch geben, danach feuchtet man das grobe Meersalz mit etwas Wasser an, damit das Salz besser zusammen haftet.

Auf einem Backblech mit Backpapier ausgelegt sollte man eine ca. 1 cm dicke Salzschiicht aufbreiten in der Form des Fisches und diesen dann darauflegen. Danach das restliche

Salz über dem Fisch ausbreiten, sodass dieser zur Gänze mit Salz bedeckt ist.

Den Fisch dann in das auf 200°C vorgeheizte Backrohr schieben und je nach Größe 30 – 40 min im Backrohr lassen. Dann noch ca. 10 min im Ofen nachziehen lassen bevor man das Salz abklopft und den Fisch filetiert. Den Fisch kann man entweder am Tisch zerteilen oder vorportioniert auf vorgeheizten Tellern servieren.

Dazu reicht man am besten Petersilerdäpfel und etwas gebräunte Butter oder Olivenöl.

## Gebratene Forelle mit Safranrisotto

### Zutaten für 4 Personen:

4 Forellen, ausgenommen  
Öl, Butter, Salz  
200 g Risottoreis  
1 kleine Zwiebel  
Olivenöl  
Parmesan  
1 g Safran  
1/8 l Weißwein  
Salz, Pfeffer

Die Zwiebel fein schneiden und mit etwas Olivenöl anschwitzen, ohne dass sie Farbe annimmt, den Risottoreis begeben und glasig werden lassen. Das Ganze mit dem Weißwein ablöschen und mit ein wenig Fond aufgießen. Den Safran begeben und mitkochen lassen und gleich den Reis etwas salzen. Unter ständigem Rühren, immer wenn die meiste Flüssigkeit verkocht ist, wieder etwas Fond begeben und leicht köcheln lassen. Ca. 15 – 20 Minuten köcheln lassen, bis die gewünschte Konsistenz des Risottos erreicht ist.

Die Forellen außen und innen ein wenig salzen und in Öl auf jeder Seite goldig braten. Kurz bevor die Forellen durchgebraten sind, noch ein wenig Butter begeben.

Den Parmesan je nach Belieben unter das Risotto geben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und anrichten.

Gut passen auch noch Champagnerschaum, frittierte Salbeiblätter, Forellen- oder Saiblingskaviar und etwas frische Dille oder auch Kohlgemüse.



## Karpfenfilet im Tilsiter-Apfelmantel

### Zutaten für 4 Personen:

800 g geschöpftes  
Karpfenfilets  
30 g Mehl  
100 g Butter  
160 g Tilsiter Käse  
160 g Äpfel  
2 Eier  
1 Zitrone  
Pfeffer, Salz  
Petersilie

Die geschöpften Karpfenfilets mit dem Saft einer Zitrone säuern, salzen, pfeffern und danach auf der Fleischseite mit Mehl bestäuben. Den Tilsiterkäse und die Äpfel grob reiben und mit den Eiern mischen. Mit Pfeffer und Salz würzen. Die Masse auf die bestäubte Fischseite streichen. Auf kleiner Hitze langsam in Butter braten. Danach den Fisch in der Tilsiter-Apfelmasse garen lassen. Mit der knusprigen Seite nach oben auf Salatbeilage anrichten.



## Karpfensulz

### Zutaten für 4 Personen:

480 g Karpfenfilet  
Petersilienstängel  
1 Lorbeerblatt  
Pfefferkörner  
120 g Karotten und Sellerie  
80 g Zwiebel gehackt  
Salz, Essig  
12 Blatt Gelatine

Den Karpfen mit den Wurzeln und der Zwiebel im Essigwasser zum Kochen bringen und dann ziehen lassen. Nach 15 Minuten den Karpfen herausheben, den Sud auf ca. 1/2 Liter reduzieren lassen, dann

durch ein Sieb siehen. Die Gelatine im Sud auflösen und erkalten lassen. Das Gemüse und die Karpfenstücke in einem passenden Geschirr aufteilen, mit dem Sud erkalten lassen und danach stürzen.