

Gefüllter Schmorapfel mit Lachsforelle und schwarzen Nüssen

(4 Personen)

Zutaten

4 große Äpfel
Olivenöl
2 fein gehackte Zwiebeln
1 gehackte Knoblauchzehe
100 ml Weißwein
50 ml Obers
200 g enthäutetes, grätenfreies Lachsforellenfilet
fein gehackte Kräuter
Salz
Pfeffer
100 ml Gemüsebrühe
2 schwarze Nüsse

Zubereitung

Von jedem Apfel einen Deckel abschneiden und das Kerngehäuse entfernen.

Olivenöl in einer Pfanne heiß werden lassen.

Zwiebeln und Knoblauch darin anschwitzen.

Mit Weißwein und Obers aufgießen, das würfelig geschnittene Lachsforellenfilet dazugeben.

Aufkochen und anschließend vollständig einkochen lassen. Die Kräuter dazugeben, salzen und pfeffern.

Die Fülle in die Äpfel verteilen, Deckel wieder aufsetzen. Äpfel in eine vorbereitete Form geben, Gemüsebrühe dazugießen.

Form mit Alufolie bedecken. Im Rohr bei 180 °C ca. 20 Minuten schmoren lassen.

Mit schwarzen Nüssen garnieren.



Alpenlachs mit Aromaten in Pergament gegart

(4 Personen)

Zutaten

2 Alpenlachse
Salz
Saft einer Zitrone
4 Knoblauchzehen
2 unbehandelte Zitronen
1 Bund Basilikum
2 EL gehackter Thymian
2 EL gehackte Petersilie
1 EL Olivenöl

Zubereitung

Die Fische entlang dem Bauch aufschneiden und ausnehmen. Unter fließendem kaltem Wasser gut ausspülen und auf einem Küchentuch abtrocknen. Außen und innen mit Salz und Zitronensaft würzen.

Den Knoblauch feinblättrig schneiden. Die Zitronen in Scheiben schneiden, die Scheiben halbieren. Die Basilikumblätter grob zupfen.

Die Alpenlachse im Bauchraum mit den Kräutern, dem Knoblauch und den halbierten Zitronenscheiben füllen.

4 Blätter Pergamentpapier mit Olivenöl bepinseln und die Fische einzeln darin verpacken. Die Ränder gut verschließen.

Die eingepackten Alpenlachse auf den Grillrost oder ein Backblech legen und im vorgeheizten Rohr bei 180 °C ca. 15 Minuten garen.



Krautwickler vom Zander mit Specksauce

(4 Personen)

Zutaten

2 Scheiben Toastbrot
800 g faschiertes Zanderfilet
1 Ei
100 g Obers
1 Handvoll gehackte Salbeiblätter
Salz
Pfeffer
1 Kopf Kraut
¼ l Suppe
Butter zum Montieren

Für die Sauce

eine halbe würfelig geschnittene Zwiebel
40 g würfelig geschnittener Speck
20 g Butter
100 ml Rotwein
100 ml Jus
100 ml Fischfond
evt. etwas Speisestärke zum Binden
Salz
Pfeffer

Zubereitung

Toastbrot in Wasser einweichen, ausdrücken und mit faschiertem Zanderfilet, Ei, Obers, Salbei und Gewürzen mischen.

Den Krautkopf in einzelne Blätter teilen und die dicken Strünke entfernen. Mit den Krautblättern 8 Quadrate von 10 x 10 cm legen, die faschierte Masse darauf verteilen und Rouladen formen. Krautrouladen in einen flachen Topf einsetzen, mit Suppe untergießen und bei 200 °C im Rohr ca. 20 Minuten garen.

Rouladen aus dem Topf nehmen und warm halten. Fond aufkochen, mit Butter montieren und abschmecken.

Für die Sauce Zwiebel- und Speckwürfel in Butter anschwitzen, mit Rotwein ablöschen und mit dem Jus und dem Fond auffüllen.

Auf die Hälfte einkochen, bei Bedarf mit Stärke binden, mit Salz und Pfeffer abschmecken.

