



von Andreas Rihm - Herbergsleiter der
Jugendherberge Heidelberg International



Lachsforellenhappen an Kräuterschmand auf Kartoffelrösti

Rezept für 4 Personen

ZUTATEN:

2 ca. 300 g Lachsforellenfilets
400 g Quark 40%
200 g Schmand
1 Bund Schnittlauch oder 1 Bund Dill
1 Zitrone
4 mittelgroße Kartoffeln
Salz, weißer Pfeffer
etwas Öl und Butter
dunkler Balsamico

ZUBEREITUNG:

Kartoffeln waschen und schälen, mit der groben Reibe in eine Schüssel reiben und gut ausdrücken. Leicht salzen.

Öl in die Teflonpfanne geben und nach und nach vier gleich große Kartoffelrösti gold-gelb ausbacken. Kurz vor Ende des Bratvorgangs etwas Butter in die Pfanne geben. Die fertigen Kartoffelrösti auf ein Küchentuch geben und warmhalten.

Fischfilets in 4 gleichgroße Stücke teilen und überprüfen, dass keine Gräten mehr vorhanden sind - gegebenenfalls mit der Zange entfernen.

Leicht salzen und pfeffern. Gusspfanne erhitzen, etwas Öl hinzugeben und die Forellenfilets zunächst auf der Hautseite anbraten. Nach ca. 5 Min. wenden. Mit dunklem Balsamico ablöschen. Quark und Schmand in der Schüssel mit den Gewürzen und Kräutern verrühren. Mit einem Spritzer Zitronensaft abschmecken.

Alles auf einem Teller anrichten. Rösti mittig mit einem Löffel Schmand bestreichen und das Forellenfilet mit der Hautseite nach oben darauf legen. Frische Kräuter und Zitronenspalte als Garnitur.

GUTEN APPETIT!

