©Österr. Fischereiverband u. Bundesamt f. Wasserwirtschaft, download unter www.zobodat.at

REZEPTE

Seeforellenfilet auf Lindenblüten in der Pergamenthülle

Zutaten für 4 Portionen:

4 Seeforellenfilets à 160 g, ohne Gräten
2 c Lindenblüten (ca.)
1 Zitrone – abgeriebene Schale und Saft
Salz und schwarzer Pfeffer
1 tb trockener Wermut
40 g Butterflöckchen
4 Blatt Pergamentpapier

Zubereitung:

Die Seeforellenfilets mit der Haut nach unten in eine flache Schüssel legen und mit Salz, Pfeffer, Wermut, Zitronensaft und fein abgeriebener Zitronenschale 10 Minuten marinieren.
Aus Pergamentpapier 4 runde Stücke von 30 cm Durchmesser ausschneiden. Jedes Blatt in der Mitte falzen, wieder öffnen und die eine Hälfte gut buttern.
Die Lindenblüten auf die gebutterte Hälfte verteilen, die Fischfilets mit der Haut nach unten daraufgeben und mit Butterflocken belegen.
Die andere Papierhälfte darüberschlagen und die Papierränder sorgfältig zusammendrücken. Die Päckchen gut verschlossen auf ein Backblech legen und im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad 6 Minuten garen.
Sofort auf vorgewärmten Tellern servieren. Beim Öffnen der Päckchen strömt dem Gast der volle, kräftige Lindenblütenduft entgegen.

Tipp: Thymian oder Rosmarin anstelle von Lindenblüten eignen sich ebenfalls für diese Zubereitungsart.

Fenchelgratin mit Seeforelle

Zutaten für 4 Portionen:

2 Knollen Fenchel
4 Forellenfilets
1 Schalotte
1 TL Fenchelsamen
3 Paprikaschoten (rot, gelb und grün)
1 Knoblauchzehe
3 EL Butter
50 ml Noilly Prat (oder weißer Wermut)
100 ml Weißwein
100 ml flüssige Schlagsahne
1 EL geschlagene Schlagsahne

ACHLEITNER FORELLEN

robust, gesund und preiswert – ausschließlich aus eigenem Zuchtbetrieb die Mutterfische sind ab dem Jahre 1908 in Österreich heimisch geworden und bodenständig sowie ökologisch vollständig angepasst (autochthon).

Heimische Besatzforellen, 1- und 2 sömmrig
Brütlinge vorgestreckt
Speiseforellen

Seit über 100 Jahren, virusseuchenfreie Forellen aus eigener Zucht!

Sonderkonditionen für ihren Frühjahrsbesatz!

FORELLENZUCHT ACHLEITNER

A-5230 Schalchen bei Mattighofen, OÖ. • Häuslbergerstraße 11
Tel. 07742/2522 • Fax 07742/252233 • e-Mail: office@forellen.at

ZOBODAT - www.zobodat.at

Zoologisch-Botanische Datenbank/Zoological-Botanical Database

Digitale Literatur/Digital Literature

Zeitschrift/Journal: Österreichs Fischerei

Jahr/Year: 2006

Band/Volume: 59

Autor(en)/Author(s): Redaktion

Artikel/Article: Rezepte 136