



LACHSFORELLE MIT BÄRLAUCHGEMÜSE

Zutaten:

400 g Bärlauch, 1 Zwiebel, 160 g Butter, 300 g Joghurt, 3 Eier,
400 g Lachsforellenfilet, Butterschmalz
Zitrone, Salz, Pfeffer, Muskat, Chili

Zubereitung:

- gewaschenen Bärlauch fein hacken, Zwiebel in Ringe schneiden
- etwa 1/3 des Bärlauchs, Joghurt und Bio-Eier mit dem Stabmixer pürieren, die flüssige Butter untermischen und beiseite stellen
- Zwiebelringe in Butter glasig dünsten, restlichen Bärlauch zugeben und bei kleiner Hitze im geschlossenen Topf 5 min garen
- mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen
- Fisch mit Zitrone beträufeln, mit Pfeffer würzen, auf der Hautseite in Mehl legen und langsam in Butterschmalz beidseitig braten, anschließend salzen
- die Bärlauchsauce langsam unter ständigem Rühren im Topf erhitzen (nicht kochen!)
- Sauce mit Salz, Pfeffer, Chili und Zitronensaft abschmecken, evtl. noch etwas aufgießen
- Fisch mit Bärlauchgemüse und Sauce anrichten

