



Vorspeise oder Hauptgang

Seeforelle an Basilikumsauce

Rezept für 4 Personen

Zutaten:

Legende: TL = Teelöffel, EL = Esslöffel, MSP = Messerspitze, dl = Deziliter (1/10), cl = Centiliter (1/100)

1 - 2 Stück Seeforelle, gross (1 kg), kochfertig
1/2 TL Salz

Für den Sud:

2,5 dl Weisswein
2,5 dl Wasser
1,5 Teelöffel Salz
1 Stück Zwiebel, geschält und gevierteilt
1 Stängel Lauch in Ringe geschnitten
1 Stück Rüebli in Scheiben geschnitten
1 Zweig glattblättrige Petersilie
2-3 Stück Lorbeerblätter
2 Zitronenscheiben
1 Zweig Thymian
1 Zweig Petersilie
3-4 Stück Salbeiblätter

Für die Basilikumsauce:

2 EL Weisswein, trocken
2 EL trockener Vermouth (Noilly Prat)
2 Eigelb
50 gr Butter
Salz (wenig), etwas Pfeffer aus der Mühle
Etwas Zitronensaft (1/2 TL)
1 Bund Basilikum, die Blätter in feine Streifen geschnitten

Zubereitung:

Backofen auf 180 Grad vorheizen

Zubereitung des Suds

Alle obenstehenden Zutaten des Suds in einer Pfanne während rund 10 Minuten aufkochen. Danach den kochenden Sud in ein ofenfestes Geschirr geben. Die kochfertige Seeforelle im Innern mit dem 1/2 TL Salz würzen und in den Sud legen. Mit ALU-Folie abdecken und im vorgeheizten Backofen während 25-30 Minuten (mittlere Schiene) garen. Achtung: Der Sud darf nicht kochen (sieden). Garprobe: Am Ende der Kochzeit lassen sich die Kiemenflossen ganz leicht herausziehen.

Zubereitung Basilikumsauce:

In einem Wasserbad den für die Zubereitung benötigten Zutaten wie Weisswein, trockener Vermouth, die Eigelbe hineingeben und mit einem Schwingbesen die Butter portionenweise darunter schlagen. Solange rühren bis die Sauce cremig wird. Aus dem Wasserbad nehmen und kurziterrühren.

Mit dem Zitronensaft sowie dem Salz und dem Pfeffer aus der Mühle würzen. Die Basilikumstreifen hinzufügen und darunter rühren..

Anrichten

Die Seeforelle zerlegen und auf die vorgewärmten Tellern anrichten. Die Basilikumsauce separat dazu reichen.