

Bernd Weigl: Forelle in Rotwein-Gelee

 happy-mahlzeit.com/koch-shows/alfredissimo/bernd-weigl-forelle-in-rotwein-gelee

Zutaten:

- 4 frische, küchenfertige Bachforellen
- 1 Zitrone
- 50g Mandelblättchen
- 1 Tasse trockener Rotwein
- 2 EL Mais-oder Speisestärke
- 4 EL fein gehackte Petersilie
- Mehl zum Wenden
- Butter zum Braten
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Die Forellen innen und außen kalt waschen und mit Küchentrepp trocknen. Mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Das Mehl auf einen Teller streuen und die Forellen darin wenden, überschüssiges Mehl abklopfen.

Backofen auf 75°C vorheizen und eine Gratinier/Auflauf-Form vorheizen.

Ca. 3 EL Butter in einer Pfanne erhitzen und die Fische auf beiden Seiten 5 Minuten braun braten und im Backofen warm halten.

In einer kleinen Pfanne die Mandeln in wenig Butter unter Rühren anbräunen. Den Bratenfond vom Fisch mit Rotwein ablöschen und auf 1/3 einkochen lassen. Maisstärke mit 1 EL kaltem Wasser anrühren, in die Pfanne geben und unter Rühren aufkochen lassen, bis die Sauce angedickt ist. Mit Salz und Pfeffer würzen.

Die Forellen aus dem Ofen nehmen und den Backofen-Grill anheizen. Das Rotwein-Gelee über die Forellen verteilen, mit Mandelblättchen bestreuen und unter dem Grill ganz kurz, ca.

1 Minute, dass das Gelee noch etwas nachdickt.

Dann den Fisch 3-4 Stunden kalt stellen und vor dem Servieren mit Petersilie bestreuen.

Rezept: Bernd Weigl

Quelle: Alfredissimo! 11.6.1995