

Frittierte Lachsforelle mit Steckrübenstampf

Zwei leckere, frische Lachsforellen. Gesäubert, gesäuert und gesalzen, wie es die drei „S“ für die Zubereitung von Fisch so vorgeben.

Dieses Mal nicht in Butter gebraten. Sondern in der Friteuse frittiert.

Dazu ein feines Stampf aus einer Steckrübe.

[amd-zlrecipe-recipe:982]

Lachsforelle mit Mini-Pak-Choi

Ein Fischgericht.

Mit zwei leckeren, großen Lachsforellen.

S wie Säubern: Unter fließendem, kaltem Wasser gut abwaschen, dann mit einem Küchenhandtuch abtrocknen.

S wie Salzen: Auf jeder Seite salzen und pfeffern.

S wie Säuern: Auf jeder Seite mit Zitronensaft beträufeln.

Dann in der Grillpfanne auf jeder Seite etwa vier Minuten kross braten. Man bekommt herrliche Röststoffe auf beiden Seiten der Lachsforelle.

Und sie schmecken hervorragend. Sogar die dunkle gegrillte Haut schmeckt noch sehr lecker.

Die Beilage, Mini-Pak-Choi, gare ich im Ganzen, also die ganzen Blätter, in kochenden Wasser nur einige Minuten, damit das Gemüse noch bissfest ist und salze diese nur leicht.

[amd-zlrecipe-recipe:911]