

# Konfierte Forelle, Buttermilch-Gurken-Soße, Gurkensalat

**Für zwei Personen**

**Für die Forelle:**

2 Forellenfilets à 100 g	1 Zitrone, Abrieb	$\frac{1}{4}$ Bund Dill
2 TL Rapsöl	100 g Salz	Rosa Pfeffer

**Für den Gurkensalat:**

1 Gurke	1 Schalotte	2 Zweige Dill
2 EL Apfelessig	2 EL Rapsöl	1,5 TL Zucker
1,5 TL Salz		

**Für die Sauce:**

1,5 Gurken	1 Zitrone, Saft	250 ml Buttermilch
100 ml Rapsöl	1 Prise Zucker	Salz

**Für die Garnitur:**

25 g Forellenkaviar	Einige Dillspitzen	Rapsöl
---------------------	--------------------	--------

**Für die Forelle:**

Den Backofen auf 80 Grad Ober-/Unterhitze vorheizen.

Forellenfilets ggf. entgräten. 100 g Salz in 1 Liter Wasser auflösen und Forellenfilets 15 Minuten darin beizen.

Backpapier auf ein Backblech legen, die gebeizten Filets mit der Hautseite nach unten auflegen. Filets mit Rapsöl benetzen und etwas Dill darauf verteilen. Backblech mit offener Klarsichtfolie abdecken und etwa 12 Minuten im Ofen garen.

Blech herausnehmen, Filets auf die Fleischseite drehen und mit einem Messer vorsichtig die Haut ablösen. Rosa Pfeffer in ein feines Sieb geben und so über den Fisch reiben, dass sich nur die rosa Schicht des Pfeffers löst. Mit etwas Zitronenschale würzen.

**Für den Gurkensalat:**

Gurke in sehr feine Scheiben hobeln oder schneiden. Mit Salz, Zucker und Apfelessig marinieren. Schalotte abziehen, in feine Würfel schneiden und in kochendem Wasser mit etwas Salz, Zucker und Apfelessig blanchieren. Die blanchierte Schalotte dann zu den Gurken geben und mit etwas Dill und Rapsöl verfeinern.

**Für die Sauce:**

Gurke klein schneiden und mit der Buttermilch in einen Küchenmixer geben. Zitrone halbieren und auspressen. Etwas Zitronensaft, Rapsöl, Salz und Zucker hinzufügen und alles sehr fein mixen. Durch ein feines Sieb abgießen.

**Für die Garnitur:**

Dill zupfen. Dill und Forellenkaviar zum Garnieren nutzen, außerdem das Gericht mit etwas Öl beträufeln.

Alina Fricke am 20. Mai 2025