



hr1-DOLCE VITA

## André Großfeld

### Variationen von der Forelle: Sülze, lauwarm, Tatar

#### ZUTATEN:

3 Forellen, ca. 400 g

#### Lauwarme Forelle:

Salz

Butter

Frischhaltefolie

#### Tatar:

Schnittlauch

Salz, Pfeffer

Zitrone

Olivenöl

#### Sülze:

500 g Schmand

250 g Sahne

100 g Meerrettich aus dem Glas, scharf

10 Blatt Gelatine

Salz, Zucker, Zitrone

100 g Butter

1 Schalotte

je 1 Karotte, Sellerie, Lauch

Zitrone

Salz, Zucker, Pfeffer

#### ZUBEREITUNG

Die Forellen filetieren, von der Haut und den Gräten befreien.

4 Filets braucht man für die Sülze. Aus den anderen 2 Filets 4 schöne Mittelstücke herausschneiden für die lauwarme Variante. Die Schwanzstücke und das, was nicht so schön aussieht nimmt man dann für das Tatar. Die Gräten braucht man für den Sülzenstand.

#### Lauwarme Forelle

Die Filets von beiden Seiten salzen und auf einen gebutterten Teller geben. auf die Filets auch noch ein Stückchen Butter geben. Nun über den Teller eine handelsübliche Frischhaltefolie spannen. Der Fisch geht mit der Folie bei 80°C für ca. 15 Minuten in den Ofen. Am besten bei Heißluft. Keine Angst, die Folie schmilzt erst bei 120°C. Diese Garmethode nennt man „Garen unter der Folie“. Dadurch bleibt der Fisch schön saftig und glasig.

#### Tatar von der Forelle

Die Schwanzstücke fein hacken, mit Salz, Pfeffer, Zitrone und Olivenöl würzen. Mit etwas Schnittlauch verfeinern.



## Die Sülze

Die Sülze besteht aus drei Schichten: Mousse-Forelle-Mousse.

### *Forelle für die Sülze:*

Die Forellenfilets auf einen gebutterten Teller geben, salzen und mit Frischhaltefolie abdecken. Der abgedeckte Teller wandert dann bei 80°C für ca. 15 min in den Ofen. Die Forellenfilets sollten noch schön glasig sein. Den Fisch dann kaltstellen.

### *Sülzenstand:*

Die Fisch-Karkassen zusammen mit Karotte, Lauch, Zwiebel und Sellerie in einen Topf geben, leicht salzen, mit kaltem Wasser aufgießen und einmal Aufkochen. Dann 15 Min. ziehen lassen. Den Fond dann durch ein Tuch abpassieren und mit Zitrone, Salz, Zucker und Pfeffer würzen. In den abgeschmeckten Sülzenstand, kommt dann pro 100ml 2 Blatt eingeweichte Gelatine. Für eine Sülze braucht man ca. 800 ml.

### *Meerrettichmousse:*

Schmand, Meerrettich, Salz, Zucker, Zitrone schön verrühren. Die Sahne  $\frac{3}{4}$  steif schlagen. Die Gelatine in kaltem Wasser einweichen und dann in ein bisschen Fischfond auflösen. Dann die Gelatine zu dem Meerrettich-Schmand geben und die geschlagene Sahne unterheben.

### *Das Einsetzen:*

Zuerst eine Form mit Folie auslegen und kaltstellen.

In die ausgelegte Form etwas von dem fertigem Sülzenstand geben, ca. 3 mm. Das lässt man nun im Kühlschrank für 5 Minuten fest werden. Dann kommt die Meerrettichmousse in die Form, so ca.  $\frac{1}{3}$  von der Form. Die Mousse ebenfalls fest werden lassen. Als nächstes legt man die Forellenfilets auf die Mousse und gießt das Ganze mit dem Sülzenstand so weit auf, dass die Forelle leicht bedeckt ist. Das war die zweite Schicht. Diese auch fest werden lassen. Und dann noch mal eine Schicht Meerrettichmousse aufgießen und fest werden lassen. Als letztes noch mal eine 3mm-Schicht Sülzenstand draufgeben und fertig ist die Sülze.

Am besten man lässt Sie noch 2 Stunden im Kühlschrank. Dann tut man sich leichter beim Schneiden.