

Forellenküchle auf Linsensalat mit Lemberger-Karamell



Zutaten:

400 g Forellenfilets, ohne Gräten
50 ml Gemüsebrühe
1 TL Honig
1 kleine Gurke, klein Gewürfelt
1 kleine Karotte, klein Gewürfelt
1 kleine Schalotte
150 ml Lemberger (Rotwein)
150 g Linsen
1 Lorbeerblatt
2 Pimentkörner
Rapsöl zum Braten
100 ml Rapsöl, kalt gepresst
1/2 rote Paprika, klein gewürfelt
100 ml Rotweinessig
Salz, Pfeffer
1 Schalotte, klein gewürfelt
2 EL Schnittlauchröllchen
1/2 Selleriestange, klein gewürfelt
50 ml Weißweinessig
1 EL Zitronensaft
3 EL Zucker



Zubereitung

Zubereitung

Für die Forellenküchle die Fischfilets und die Schalotten sehr fein würfeln, mit Schnittlauch, Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken und zu kleinen Küchle formen. In Rapsöl von beiden Seiten ca. 2-3 Minuten braten.

Für den Linsensalat die Linsen bissfest kochen und abgießen. Die Linsen mit dem klein gewürfelten Gemüse in eine Schüssel geben. Alle Zutaten für das Dressing (Weißweinessig, Rapsöl, Honig, Gemüsebrühe, Salz, Pfeffer) dazu geben und vermengen. Linsensalat mindestens 1 Stunde ziehen lassen.

Für das Lemberger Karamell den Zucker in einen kleinen Topf geben und karamellisieren lassen. Mit Lemberger

und Essig ablöschen. Piment und Lorbeer dazu geben und zu einem Sirup reduzieren lassen.

Zum Anrichten Linsensalat mittig auf einen Teller geben. Forellenküchle darauf setzen. Mit Lemberger-Karamell beträufeln und servieren.