Schmeck den Süden
Baden-Württemberg

Lachsforellenhäppchen auf süß-sauren Lauchzwiebeln

Zutaten:

Für 4 Personen (als kleine Vorspeise):

- 400 g Filets von der Lachsforelle
- 1 Bund Frühlingszwiebeln (Lauchzwiebeln)
- 1 rote Zwiebel
- 40 g Cranberries
- Salz, Pfeffer
- 1 TL Zucker oder Honig
- 1 EL Senf (ich habe Feigensenf genommen)
- 50 g Butter
- Etwas Öl
- 4 EL Weißwein oder Zitronensaft

Zubereitung

Die Lauchzwiebeln waschen und in 2 cm große Stücke schneiden. Die Zwiebel schälen, halbieren und in Halbringe schneiden.

In einer Pfanne etwas Butter und 1 EL Öl erhitzen. Darin die Zwiebeln und Lauchzwiebeln 2-3 Minuten anbraten. Die Cranberries hinzugeben, salzen, pfeffern und 1 TL Zucker oder Honig, Senf und 4 EL Weißwein hinzugeben. Alles verrühren. Die Zwiebelmischung in eine ofenfeste Form verteilen.

Die Lachsforellenfilets in 4×4 cm große quadratische Stücke schneiden, salzen, pfeffern und auf die Zwiebeln legen.

Auf jedes Fischstück eine Flocke Butter legen. Dann die komplette Form mit einer Klarsichtfolie abdecken.

Die Form mit Folie in den vorgeheizten Ofen (60°C, Umluft) geben und 30 Minuten garziehen lassen.

Tipp: Zum Servieren die Form auf den Tisch stellen. Dazu Baguette reichen.