

Fisch Rezepte

Spargel in Orangenbutter mit Gebratener Forelle

Gattung: Fisch, Gemüse, Spargel

SPARGEL

800 g Spargel	150 ml Weißwein
50 g Butter	Salz
2 Schalotten; halbiert	1/2 Zitrone
25 g Zucker	4 Thymianzweige

ORANGENBUTTERSauce

20 g Butter	60 g Kalte Butter
2 Schalotten; in kleine - Würfel geschnitten	Salz
1 Unbehandelten Orange, die - abgeriebene Schale	Chili aus der Gewürzmühle
80 ml Spargelfond (vom Garen)	2 Orangen (Filets davon)
2 Orangen, den Saft	3 Essl. Geschlagene Sahne
	Petersilie, grob geschnitten

FORELLEN

2 Forellen	Etwas Mehl
Etwas Kräutersalz	40 ml Olivenöl mit Zitrone
4 Thymianzweige	20 g Butter
2 Rosmarinzweige	1 Essl. Kerbel, gehackt
1 Schalotte, halbiert	1 Essl. Petersilie, gehackt
1/2 Knoblauchzehe, halbiert	Frischer Kerbel für die - Garnitur
Salz und Pfeffer	

Den Spargel putzen, schälen und in ca. 3 cm lange Stücke schneiden. Die Butter in einem Topf schmelzen. Die halbierten Schalotten in der Butter anbraten. Den Zucker begeben und schmelzen lassen; mit dem Weißwein ablöschen. Den Spargel zufügen, glasieren und salzen. Die Zitrone schälen (auch das Weiße), in Scheiben schneiden und diese mit den Thymianzweigen auf den Spargel legen. Den Topf mit einem Deckel verschließen und bei mittlerer Hitze ca. 15 Minuten garen. Den entstandenen Fond passieren und den Spargel reservieren. Die Butter in einem Topf erhitzen. Die Schalotten und die Orangenschale darin ohne Farbe anbraten und mit dem Spargelfond und dem Orangensaft aufgießen. Das Ganze etwa um die Hälfte einkochen lassen. Mit einem Mixstab pürieren und mit der kalten Butter aufmixen. Mit Salz und Chili aus der Gewürzmühle würzen. Die Orangenfilets als Einlage in die Sauce geben. Die geschlagene Sahne unterheben und die Petersilie begeben. Die Sauce über die Spargelstangen gießen und gut durchschwenken. Die Forellen gründlich waschen und abtropfen. Die Bauchhöhle mit Kräutersalz würzen und mit Thymian, Rosmarin, Schalotten und Knoblauch füllen. Die Forellen in Mehl wenden und gut abklopfen. Das Olivenöl erhitzen und die Forellen darin von beiden Seiten goldbraun braten. Die Butter begeben und damit die Forellen glasieren. Den Kerbel und die Petersilie zufügen, kurz schwenken und mit Salz und Pfeffer würzen. Die Forellen filetieren, die Filets auf dem Spargel mit der Orangensauce anrichten und mit frischem Kerbel garnieren. Dazu empfehlen wir neue Kartoffeln.