

Gebraden zalmforelfilet met kruidenkorst

De vijvers, beken en rivieren in het Altmühltal staan garant voor een grote variatie aan vis. Verse regenboogforel, zalmforel, karpers en meerval staan op de menukaart van de regionale restaurants langs de *Altmühltal-Panoramaweg*.



© Gasthof Sonne - Pappenheim

Ingrediënten (voor 4 personen): 4 zalmforelfilets met huid, zout en peper, 2 eetlepels boter, 1 eetlepel olie

Voor de kruidenkorst: 100 g boter (op kamertemperatuur), snufje zout, rode peper, 2 eetlepels gehakte peterselie, 2 eetlepels gehakte dille, 2 eetlepels gehakte basilicum, 50 g broodkruimels (of paneermeel), 5 eierdooiers, 1 biocitroen

Voor de saus: 500 ml visbouillon, 1 teentje knoflook, fijngeperst, 1 ui, gesnipperd, Scheut witte wijn, 250 ml room, 1 theelepel paprikapoeder, 1 theelepel kruiden,

Bereidingswijze

- Verwarm de oven voor op 200 graden.
- Bereid de zalmotten voor met zout en peper en zet ze opzij.
- Rasp de citroenschil en pers de citroen uit. Zet het sap opzij.
- Klop de boter luchtig met een staafmixer en meng vervolgens zout, rode peper, gehakte kruiden, broodkruimels, eierdooiers en helft van de citroenrasp erdoor.
- Stop het botermengsel in een plastic zak en rol het uit tot een plak.
- Koel de korst tot deze hard (hanteerbaar) wordt en snij vervolgens in plakken ter grote van de zalmotten en leg deze op de vleeszijde van de vis (huid naar beneden).
- Fruit de uien tot ze glazig zijn en voeg de knoflook toe. Giet de scheut wijn in de pan, breng aan de kook en giet de visbouillon erbij en laat het geheel voor de helft inkoken.
- Verhit een ovenvaste pan. Wanneer deze heet is voeg eerst de olie en vervolgens de boter toe.
- Leg de zalmotten in de pan op de huid; beweeg ze even heen en weer om ervoor de zorgen dat ze niet plakken en zet de pan direct in de oven voor 10 tot 15 minuten.
- Voeg aan de ingekookte saus de room en kruiden naar smaak toe.
- Serveer de zalm met bijvoorbeeld pompoen of broccoli en lepel de saus over de groente.

Eet smakelijk!

Bron: Hotel Fuchsbräu, Beilngries - www.fuchsbraeu.de