



Rezept: Lachsforelle im Salzmantel

Zutaten für 4-6 Portionen:

- 1 kg Lachsforelle
- 2-3 kg grobes Meersalz
- 3-4 Eiklar
- 2 EL Butter
- etwas kaltes Wasser
- Kräuter: 1/2 Bund Petersilie 1/2 Bund Dille 1/2 Bund Estragon 1/2 Bund Basilikum
- Papier für das Backblech

Vorbereitung:

Die Lachsforelle ausnehmen und unter fließendem, kaltem Wasser abspülen; danach mit Küchenpapier trockentupfen; Kräuter gut waschen und vorsichtig trocken tupfen; die Forelle innen und außen leicht pfeffern; Kräuter und die Butter in den Fisch geben; das Meersalz mit dem zerschlagenen Eiklar und etwas kaltem Wasser verrühren, sodass ein dicker Brei entsteht; etwas ruhen lassen und nochmals durchrühren.

Zubereitung:

Das Backrohr auf 200 Grad vorheizen; ein Backblech mit Backpapier auslegen; aus einem Drittel des Salzes (entsprechend der Fischgröße) einen Sockel auf das Backpapier streichen; die Forelle auf das Salz legen; mit der übrigen Salzmasse den Fisch so umkleiden, dass er komplett bedeckt ist; im vorgeheizten Backrohr etwa 40 Minuten backen; im ausgeschalteten Rohr noch 10 Minuten ruhen lassen; danach das Salz vorsichtig abschlagen oder anschneiden und abbrechen; die Haut lösen und den Fisch filetieren.

Portionen auf vorgewärmten Tellern mit Kartoffeln anrichten und leicht mit Olivenöl beträufeln.