

A whole baked fish, likely a sea bream, is served on a white rectangular plate. The fish is garnished with fresh green herbs and lemon slices. Beside the fish is a mound of mashed potatoes with a hint of mustard. The plate is set on a wooden table with a fork and knife, a glass of white wine, and a small bowl of lemon wedges in the background.

Kochen
mit Globus

Bachforelle
mit Kartoffel-Senf-Püree



Zutaten:

4 Forellen
800 g Kartoffeln
100 g grober Dijon Senf
300 ml Sahne
200 g Butter
1 Zitrone

etwas Petersilie
Rosmarin
Salz, Pfeffer und Muskat
etwas Öl
etwas Mehl

*Dazu passt:
ein trockener Weißwein*

 4 Personen

 40 Min.

 Schwierigkeitsgrad



Schauen Sie das
passende Zubereitungs-
video auf YouTube an!

www.youtube.de/Globus

Zubereitung:

Die Kartoffeln schälen und in reichlich gesalzenem Wasser kochen, abgießen und kurz ausdampfen lassen. Die Forellen unter kaltem Wasser abspülen und abtupfen. Die Zitrone in dünne Scheiben schneiden und zusammen mit der Petersilie und dem Rosmarin in die Forelle füllen.

Anschließend kurz in Mehl wenden und vorsichtig abklopfen. In einer heißen Pfanne mit etwas Öl von beiden Seiten braten.

Die Kartoffeln mit einem Stampfer zerdrücken, die Sahne hinzugeben und kurz erhitzen. Die Butter und den Dijon Senf hinzugeben und verrühren. Mit Salz/Pfeffer und Muskat abschmecken.

Die Forelle zusammen mit dem Kartoffel-Senf-Püree anrichten.

