

Bachforelle mit Edelkrebssauce

für 4 Personen (als Vorspeise)

Edelkrebssauce

1 Rüebli	¼ Sellerienknolle
1 Lauchstängel	Sonnenblumen – oder Rapsöl
1 Schuss Cognac	50 ml Weisswein
1 dl Wasser	1 dl Vollrahm
Salz und Pfeffer	
Schalen von 5 – 10 Edelkrebsen, gut gewaschen	

Zunächst die Krebssauce zubereiten.

Dafür die Gemüse in kleine Würfel schneiden und zusammen mit den Krebschalen kurz in der Pfanne in etwas Sonnenblumen – oder Rapsöl anrösten.

Mit Cognac flambieren. Weisswein und Wasser dazugeben und ca. 20 Minuten zugedeckt leise köcheln.

Den dabei entstehenden Sud absieben, wieder in die Pfanne geben und etwas ein reduzieren.

Den Rahm zugeben und nochmals so weit reduzieren, bis eine sämige Sauce entsteht. Mit Salz und Pfeffer würzen.



Forelle

1 Zwiebel
1 Stück Sellerie
1 Lorbeerblatt
1.5 Liter Wasser
1 EL Salz
Peterli

1 Rüebli
1 Lauchstängel
5 dl Weisswein herb
4 Stängel Petersilie
1 frische Bachforelle

Für die Forelle das Gemüse in kleine Würfel schneiden und mit dem übrigen Zutaten bis und mit Salz zum Kochen bringen.

Während 30 Minuten leise köcheln lassen, bis dass Gemüse weich ist.

Die ganz frische Forelle vorsichtig waschen, damit der Schleim (ein Zeichen für Frische) nicht ganz abgewaschen wird. Forelle in den heissen aber nicht mehr kochenden Su geben und während ca. 20 Minuten ziehen lassen.

Die Forelle ist gar, wenn die Rückenflosse mühelos entfernt werden kann. Den Fisch nun ganz vorsichtig aus dem Sud heben, Haut und Gräten entfernen und auf die vier vorgewärmten Teller anrichten. Mit der Krebsauce servieren, mit frisch gehackten Peterli bestreuen.

Tipp: Wer mag, serviert die Vorspeise mit Salzkartoffeln. Der Krebsfond (ohne Rahm) lässt sich aus gezeichnet einfrieren.

