

Forellenfilets mit Nussbutter

Irmi Szucs, Zollikon: «Ein schnelles Gericht, das dank der braunen Nussbutter und den Zitronenscheiben eine raffinierte Knackigkeit erhält. Meine Lieblingsbeilage dazu: Spinat.»

Zutaten (für 4 Pers.)	Zubereitung
1 Schalotte, feingewürfelt 600 g junger Blattspinat, gerüstet, gewaschen, abgetropft 2 EL Butter Salz, Pfeffer, Muskatnuss 100 g Rahm 40 -50 g Mandelblättchen 1 Zitrone, geschält, auch von der weissen Haut befreit 4 Forellenfilets mit Haut, entgrätet Mehl Salz, Pfeffer 4 -5 EL Nussbutter (siehe Tipp)	1. Für den Blattspinat die Schalotte in der Butter glasig dünsten, mit dem Rahm ablöschen und einmal aufkochen lassen. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss kräftig abschmecken. 2. Den vorbereiteten Blattspinat dazugeben. 3. Den Blattspinat für ca. 5 Minuten zusammenfallen lassen und köcheln bis der Rahm sämig wird. Den Spinat warmhalten. 4. Die Mandelblättchen in einer Pfanne ohne Fett leicht rösten und herausnehmen. 5. Die geschälte Zitrone in dünne Scheiben schneiden. 6. Das Fischfilet innenseitig salzen und pfeffern, auf der Hautseite mit Mehl bestäuben 7. Die Nussbutter in einer grossen Pfanne erhitzen und die Forellenfilets auf der Hautseite bei mittlerer Hitze goldbraun braten. 8. Den Fisch wenden. 9. Die Mandelblättchen und die Zitronenscheiben dazugeben und die Pfanne gut schwenken bis die Zitronen weich werden. 10. Die Pfanne ausschalten, noch einige Minuten alles darin ziehen lassen. 11. Den Blattspinat auf vorgewärmten Tellern anrichten.

	12. Das Filet auf den Spinat legen und mit den Zitronen und den Mandelblättchen verzieren, mit der Nussbutter nappieren. Tipp: Die Nussbutter bereite ich auf Vorrat zu. Dazu benötige ich 200 g frische Butter. Diese lasse ich bei mittlerer Hitze in einer Kasserolle aufschäumen und schöpfe den Schaum mit einem Sieb ab. Wenn die Butter am Topfboden leicht braun und ansonsten honigfarben wird, lege ich ein Stück Haushaltspapier in das Sieb und fülle die Butter in ein Glas mit Schraubverschluss. So erhalte ich eine köstliche Butter zum Braten, die wegen ihres nussigen Geschmacks auch Nussbutter genannt wird. Guten Appetit.
--	--