

# Gebratenes Lachsforellenfilet. Erbsenpüree.rote Paprikacreme.marinierte Passionsfrucht- Zuckerschoten.Affila Kresse

Rezept von Küchenchef Sebastian Kickingler,  
Gaststätte Figl in St. Pölten Ratzersdorf



## Zubereitung

### Lachsforellenfilets

Die FORELLENFILETS leicht schräg in etwa 4 cm breite Streifen schneiden.  
Zitrone auspressen. Die Filets mit Zitronensaft beträufeln und mit Salz & Pfeffer würzen. Filets auf Teller legen, mit Folie abdecken; zur Seite stellen.

### Marinierte Passionsfrucht-Zuckerschoten

Die Passionsfrüchte halbieren, das saftige Fruchtfleisch samt Kerne herauslöffeln.  
Die (rohen) ZUCKERSCHOTEN in ganz feine Streifen schneiden.  
Chili putzen und ganz fein hacken. Die Limette gut waschen, mit Reibe von der Schale die Zesten vorbereiten.  
Fruchtfleisch der Passionsfrucht mit Zuckerschoten, Chili, Limettenzesten, Honig und etwas Salz & Pfeffer vermengen, zur Seite stellen.

TIPP: Wer keine rohen Zuckerschoten essen möchte, kann die Schoten in heißem Wasser ca. 1-2 Minuten blanchieren, abgießen und sofort in Eiswasser kühlen. Abgießen und gut abtropfen lassen. Anschließend gleich bearbeiten wie vor.

### Erbsenpüree

Einen Topf Salzwasser zum Kochen bringen und darin die Erbsen kurz knackig kochen; Erbsen in Sieb leeren, abtropfen lassen, anschließend die Erbsen gut passieren.

## Zutaten für 4 Personen

### FISCH:

- 600 g Lachsforellenfilets mit Haut
- 1 Zitrone
- Olivenöl zum Anbraten
- Salz & Pfeffer aus der Mühle

### ERBSENPÜREE:

- 500 g Erbsen (auch tiefgekühlt)
- 1 EL Butter
- 2 EL Schlagobers
- Muskatnuss
- Salz & Pfeffer aus der Mühle

### PAPRIKACREME:

- 500 g rote Paprika
- 1 mittelgroße Zwiebel
- 60 ml Sherry
- 90 ml Hühnerfond
- 125 ml Schlagobers
- 2 TL frisch gehackter Rosmarin
- 2 EL Olivenöl zum Anschwitzen
- Salz & Pfeffer aus der Mühle

### PASSIONSFRUCHT-ZUCKERSCHOTEN:

- 2 Stk Passionsfrüchte
- 250 g Zuckerschoten
- 1 kleine frische Chilischote
- 1 TL Limettenzesten
- 1 EL Honig
- Salz & Pfeffer aus der Mühle

Affila Kresse zur Dekoration

In einer Pfanne Butter und Schlagobers heiß werden lassen und die passierten Erbsen darin unter ständigem Rühren anbraten.

Mit frisch geriebener Muskatnuss sowie Salz & Pfeffer abschmecken; warm stellen.

### **Paprikacreme**

Paprika putzen und würfelig schneiden; Zwiebel schälen und klein schneiden und in Olivenöl anschwitzen.

Die Paprikastücke dazu geben und kurz dünsten.

Mit Sherry ablöschen, gehackten Rosmarin begeben, mit Hühnerfond aufgießen und Paprika/Zwiebel köcheln lassen bis alles weich ist. Anschließend Schlagobers zugießen, kurz köcheln lassen, mit Salz abschmecken und gut pürieren; warm stellen.

### **Fertigstellung & Servieren**

Die Fischfilets aus der Kühlung nehmen, das Olivenöl in einer beschichteten Pfanne erhitzen und die Filets auf der Hautseite ca. 3 Minuten anbraten und die andere Fischseite ca. 1 Minute braten.

Einige Löffel je von Erbsenpüree, Paprikacreme, Passionsfrucht-Zuckerschoten nebeneinander nach Belieben auf Teller anrichten, gebratenes Fischfilet darauflegen, mit Affila Kresse dekorieren.

Guten Appetit