

# Pochiertes Lachsforellen- filet und konfiertes Saibling an Gerstlrisotto

Rezept für 4 Hauptspeisen

## Zutaten

300 gr Lachsforellenfilet  
300 gr Saiblingsfilet  
300 gr Gerste  
1 St. Zwiebel  
150 gr Butter  
100 gr Hartkäse (gerieben)  
1 lt Gemüsebrühe  
Gemischte Kräuter  
Salz, Pfeffer, Olivenöl,  
Weißwein



## Zubereitung

Die Zwiebel klein schneiden, mit etwas Öl glasig dunsten, die Gerste dazugeben und etwas mitdünsten. Mit Weißwein ablöschen und mit der Brühe nach und nach, unter stetem rühren, aufgießen, bis die Gerste weich ist.

In der Zwischenzeit in einem Topf reichlich Olivenöl mit einigen Kräutern warm machen( ca. 50°C.), vom Saibling 4 gleich große Stücke schneiden und in das Öl geben zum konfieren.

Die Lachsforellen auf ein gebuttertes Backblech geben, würzen und mit Klarsichtfolie abdecken. Im Ofen bei ca. 80°C. für ca. 6 bis 8 Minuten schieben.

Das Gerstlrisotto mit dem Käse, der Butter und gehackten Kräutern verfeinern.

Alles auf den Tellern anrichten, den Saibling wenig salzen.



## Schiefer

Haselstauder Weg 4, St. Leonhard in Passeier  
T 0473 641 231 [www.fischzucht.it](http://www.fischzucht.it)