

Dominik Bauböck präsentiert:

Gegrillte Lachsforelle / Wildkräutersalat / Bärlauchmayo / Sonnenblumenkernrisotto



Zutatenliste

Lachsforelle

- 1 Lachsforellenfilet
- 1 Zitrone
- 15g Butter
- Olivenöl

Wildkräutersalat

- 100g Kerbel
- 30g Kresse
- 15g Brunnenkresse
- 10g Vogelmiere

Mayonnaise

- 1 Ei
- 1El Senf
- 1 Zitrone
- Ca. 150g Bärlauchöl

Sonnenblumenkernrisotto

- 300g Sonnenblumenkerne
- 100g Rindsuppe
- 30g Butter
- 30g Parmesan

Wildkräuter dressing

- 10g Koriander
- 10g Senfkörner
- 30g Zitronensaft
- 60g Wasser
- 25g Honig
- 5g Salz
- 10g Lavendel

Verjus Spargel

- 4 Stangen Spargel weiß
- 300g Verjus
- 30g Honig

Zubereitung

Lachsforelle

Lachsforelle mit Olivenöl auf der Hautseite langsam braten, die Fleischseite mit etwas Zitronensaft und Salz würzen. Kurz vor dem Anrichten die Butter zu dem Fisch geben und kurz auf die Fleischseite wenden.

Wildkräuter dressing

Alle Zutaten in einem Topf aufkochen und für 24 Stunden ziehen lassen. Danach abseihen.

Sonnenblumenkernrisotto

Sonnenblumenkerne mit Rindsuppe aufkochen und mit Butter und Parmesan zu einem cremigen Risotto kochen.

Mayonnaise

Ganzes Ei mit Senf und Zitronensaft mixen. Das Bärlauchöl unter ständigem Mixen langsam einlaufen lassen.

Verjusspargel

Verjus und Honig aufkochen und Spargel darin für einige Zeit einlegen.

Gutes Gelingen wünscht Haubenkoch Dominik Bauböck!