

Knusprige Bachforelle mit Erdäpfel- Rote Rübensalat

Ein Rezept von Familie Stocker, Landgasthaus Stockerwirt.



Knusprige Bachforelle © Rita Newman

Infos

 Leicht

Merkmale

- Fischfleisch

Zubereitung

Bachforelle

- Die Bachforellenfilets salzen und pfeffern.
- Danach nur auf der Hautseite panieren, in wenig Fett knusprig braten und auf dem Salat anrichten.

Erdäpfelsalat

Rüben und Erdäpfel kochen. Die Rüben würfelig und die Erdäpfel blättrig schneiden, mit der Rindsuppe bedecken und mit den anderen Zutaten marinieren.

Zutaten

Bachforelle

- 4 Bachforellenfilets
- Mehl, Brösel und Eier zum Panieren
- Olivenöl
- Salz, Pfeffer

Erdäpfelsalat

- 500 g Erdäpfel
- 2 rote Rüben
- 1 Mittelgroße rote Zwiebel

- Rind- oder Gemüsesuppe
- Salz, Pfeffer
- Senf, Öl und Essig zum Marinieren

Zutaten für 4 Portionen