

Gebeizte Lachsforelle

Zutaten:

1 Lachsforelle, am Besten 2 Filets

2 EL grobes Meersalz

1 EL Roh—Rohrzucker

1 TL Fenchelsaat

1 TL Pfefferkörner Schwarz und weiß gemischt

Zitronenabrieb, evtl. noch etwas Orangenabrieb

Zubereitung:

Die Forelle filetieren, die Filets entgräten, die Bauchlappen etwas zuschneiden. Die Gewürze im Mörser grob zerstoßen und mit dem Zucker, Salz und Zitronenabrieb vermengen. Etwa 1/3 dieser Mischung in eine flache Schale verstreuen, die Fischfilets mit der Hautseite darauf legen, die restliche Mischung über die Fische streuen, sie müssen gut bedeckt sein, sonst nötigenfalls noch etwas Salz/Zucker mit Fenchel und Pfeffer mischen und ergänzen. Dann das Ganze mit einer Frischhalte-Folie (nicht Alu) möglichst luftdicht abdecken und mit einem Brett etwas beschweren. Mindestens 12 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Zum Servieren die Beize unter klarem Wasser abspülen und vorsichtig leicht trocken tupfen. Den Fisch in schrägen Scheiben vorsichtig von der Haut abschneiden oder vor dem Schneiden von der Haut lösen.