

Rezept Blitzgebeizte Lachsforelle mit Senfgurke und Löwenzahn

[hr-fernsehen.de/sendungen-a-z/kochs-anders/rezepte/rezept-blitzgebeizte-lachsforelle-mit-senfgurke-und-loewenzahn-kochen-3882.html](https://www.hr-fernsehen.de/sendungen-a-z/kochs-anders/rezepte/rezept-blitzgebeizte-lachsforelle-mit-senfgurke-und-loewenzahn-kochen-3882.html)

Ein Rezept für 4 Personen von Moritz Zinn, "Strandbad Nr.1" in Wallenstein.

Zutaten:

- 1 kleines Lachsforellenfilet
- 2TL Salz
- 1TL Zucker
- 4 Wacholderbeeren
- 20g fein geschnittenen Dill
- 250ml Rotebetsaft
- 120g gewaschener Löwenzahn

für das Dressing:

- 2 Prisen Salz
- 1 Prise Pfeffer
- 3 Prisen Zucker
- 50ml Balsamico Bianco
- 50ml Orangenessig
- 50ml geröstetes Walnussöl
- 50ml Wasser
- 1TL körniger Senf

für die Dekoration:

2 kleine Senfgurken

Zubereitung:

Forelle entgräten und die Haut abziehen. In einem flachen Gefäß Gewürze nacheinander auf die Lachsforelle geben und gut verreiben. Mit dem Rotebetsaft auffüllen, mit Klarsichtfolie abdecken und für 4 Stunden kalt stellen. Die Zutaten für das Dressing nacheinander in einer Schüssel verrühren. Das Lachsforellenfilet aus der Beize entnehmen und mit einem Tuch abtupfen. In Tranchen schneiden und nach Belieben auf Löwenzahnsalat und mit einer Scheibe Senfgurke anrichten.

Sendung: hr-fernsehen, "Koch's anders", 23.06.2020, 20:15 Uhr