

## Rezept des Monats:

### *Lauwarme Forellenfilets auf Eisbergsalat*



## die Wirtin Erika verrät Ihnen Ihr Rezept

für 4 Personen

### Zutaten

4 Forellenfilets  
1/2 Kopf Eisbergsalat  
2 Tomaten, in Scheiben geschnitten  
20 Erbsenschoten, gekocht  
1 Schalotte, feingeschnitten  
40 ml Olivenöl  
20 ml Sesamöl oder Samenöl  
20 ml Apfelessig  
40 ml Kraftbrühe  
je 3 Basilikum- und Estragonblätter  
Pfeffer aus der Mühle  
Salz

### Zubereitung

Die Forellenfilets waschen und die Gräten herausziehen. Den Eisbergsalat putzen, waschen und mundgerecht zupfen. Alle Zutaten für das Dressing mixen. Die Forellenfilets mit Salz und Pfeffer würzen, 3 bis 4 Minuten dämpfen oder braten. Nun die Filets auseinander brechen, abwechselnd mit den Tomatenscheiben und den Eisbergsalatstücken übereinanderschichten und mit dem Dressing marinieren. Mit den Erbsenschoten anrichten.

### Tipps/Empfehlungen

Anstelle der Forellen können Sie auch Saibling, Zander oder Garnelen verwenden.

Wein: Südtiroler Weißburgunder

