

Hauptgericht: Lachsforelle mit Pilz-Crevettensauce auf Gemüse-Spaghetti

PVO Kochabend 2019: Organisation und Rezepte Markus Kernen

Zutaten für 12 - 16 Personen:

9 -12 Stk Lachsforellen- oder Lachsfilet,
(3/4 pro Portion)
800 g Spaghetti.

Für die Pilz-Crevettensauce:

350 g Butter
800 g Mischpilze (pro Portion 50 g), in
Würfel

400 g Crevetten (bzw Garnelen oder
Shrimps)

4 Stk Lauchzwiebeln oder 1 Bund
Schnittlauch,
geschnitten.

300 g Schalotten, klein gewürfelt

100 g Butter

7 dl Weisswein

7 dl Fischfond (aus Extrakt gemäss
Anleitung).

Für das Buttergemüse: alles fein geschnitten

3 Stk Paprika, rot

3 Stk Zucchini, kleine

3 Stk Lauchstangen, weisser Teil.

Sonstiges:

Butter und Mehl

Pfeffer, zum Abschmecken.

Zubereitung: Vorbereitung 45 Min, Zubereitung 30
Minuten

- Für die Sauce die Butter würfeln und in Külschrank oder Tiefkühler stellen.
- Für der Saucenfond die Schalotten farblos anschwitzen. Nach drei Minuten den Weisswein angiesen und auf 1/3 reduzieren lassen. Den Fischfond angiesen, wiederum auf 1/3 reduzieren lassen (es verbleiben ca. 3 dl). Alles leicht mixen und durch ein feines Sieb passieren.
- Zwischenzeitlich die Saucenbeilage aus Lauchzwiebeln, Pilzwürfeln und Crevetten in Butter anbraten. Vor dem Anrichten im heissen Saucenfond die kalten Butterwürfel stückweise mixen bis die Butter aufgelöst und schaumig ist. Den Weisswein-Butterschaum abschmecken. Anschliessend die Saucenbeilage unterheben.
- Die Fischfilets abtupfen, mit Salz und Pfeffer würzen, mit Mehl bestäuben. In beschichteter Pfanne, die Hautseite nach unten, bei mittlerer Hitze solange in Öl braten bis diese gut gebräunt ist (ca. 4-5 Min), vorsichtig drehen und mit der Pfanne für 8 Min. bei 140 °C Umluft in den Backofen geben.
- Zeitgleich die Spaghetti in Salzwasser kochen und das fein geschnittene Gemüse kurz in etwas Butter anbraten.
- Anrichten:
Die Spaghetti als Nest auf Tellern verteilen, das Butter-gemüse darüber geben und mit der Pilz-Crevettensauce begiessen. Mit den Fischfiletstücken drapiert servieren.