

Lachsforelle mit Silvanernudeln und Gurkengemüse

von Linda Hassold aus Unterfranken

Für die Silvanernudeln Mehl, Salz, 1 Prise Kurkuma, Silvaner, Öl und Eier mit dem Knethaken des Handrührgeräts zu einem glatten, elastischen Teig verkneten. Den Teig in Frischhaltefolie wickeln und im Kühlschrank etwa 30 Minuten ruhen lassen.

Den Teig mit der Nudelmaschine oder dem Nudelholz auf der bemehlten Arbeitsfläche zu dünnen Teigbahnen ausrollen und in 1 cm breite Nudeln schneiden.

Für das Gurkengemüse die Gurken putzen, schälen, längs halbieren und die Kerne mit einem Löffel entfernen. Das Fruchtfleisch in 1 cm breite Scheiben schneiden. Die Zwiebeln schälen und in feine Würfel schneiden. Die Butter in einem Topf erhitzen und die Zwiebel darin andünsten. Die Gurkenscheiben und das Natron dazugeben und kurz mitdünsten. Mit dem Wein ablöschen und die Flüssigkeit vollständig einkochen lassen. Die Sahne und die Crème fraîche dazugeben und alles etwa 5 Minuten köcheln lassen. Mit Salz, Pfeffer und Cajun-Gewürzmischung würzen.

Die Nudeln in reichlich kochendem Salzwasser 2 bis 3 Minuten bissfest garen. In einem Sieb abgießen, abtropfen lassen und warm halten.

Für die Lachsforellen die Forellenfilets waschen und trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. Die Filets nach Belieben quer in 4 cm breite Streifen schneiden. Die Butter in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin auf der Hautseite etwa 5 Minuten braten. Die Filets wenden und bei schwacher Hitze noch etwa 2 Minuten gar ziehen lassen.

Den Dill und den Salbei unter das Gurkengemüse mischen. Die Cocktailtomaten waschen und halbieren. Die Silvanernudeln vorsichtig unter das Gurkengemüse mischen und mit den Cocktailtomatenhälften sowie den Lachsforellenfilets auf Tellern anrichten.

© Landldee BR Landfrauenküche



Zutaten für 4 Personen:

Für die Silvanernudeln:

400 g griffiges Mehl
(z.B., Spätzlemehl oder Weizendunst)
Salz, gemahlene Kurkuma
200 ml Silvaner
(oder ein anderer trockener Weißwein)
2 EL Öl, 2 Eier
Mehl für die Arbeitsfläche

Für das Gurkengemüse:

4 Schmogurken (ersatzweise 1 Salatgurke)
1 Zwiebel, 1 EL Butter, 1/2 TL Natron
150 ml Silvaner
(oder ein anderer trockener Weißwein)
200 g Sahne, 100 g Crème fraîche
Salz, Pfeffer aus der Mühle
1/2 TL Cajun-Gewürzmischung
(ersatzweise Paprikapulver, Cayennepfeffer,
Fenchel und Kreuzkümmel)
2 EL gehackte Dillspitzen
4 gehackte Salbeiblätter, 8 Cocktailtomaten

Für die Lachsforellen:

4 Lachsforellenfilets (à 150 g mit Haut)
Salz, Pfeffer aus der Mühle
2 EL Butter



Das Rezept stammt aus
„Landfrauenküche 3“ –
14 bayerische Landfrauen kochen mit
Herz und Leidenschaft
ISBN 978-3-89883-434-6
Verlag Zabert-Sandmann, München,
€ 19,95 (D), € 20,60 (A), sFR 28,50