

Geräucherte Forelle mit Schlehen-Sahne

Zutaten | 4 – 6 Portionen

Für ca. 4 Gläser Gelee:

1 kg	Schlehen
900 ml	Wasser
400 g	Gelierzucker 2:1
4	Marmeladengläser mit Schraubdeckel

Für das Forellenfilet mit Schlehen-Sahne:

1 Becher	Schlagsahne
1-2 TL	Schlehengelee
4	geräucherte Forellenfilets
4 Scheiben	Roggenmischbrot
	Petersilie für die Dekoration

Zubereitungszeit: 15 Min.; Vorbereitungszeit für das Schlehengelee: 4 Tage

- Für das Schlehengelee die Schlehen nach dem Frost abzupfen, mit Wasser kurz aufkochen und anschließend durch ein Sieb gießen (nicht ausdrücken!). Den Saft auffangen und alles über Nacht abgedeckt abkühlen lassen. Am zweiten Tag die abgekühlten Schlehen in dem aufgefangenen Saft wieder aufkochen, abgießen und abgedeckt über Nacht stehen lassen. Diese Prozedur insgesamt 4 mal wiederholen.
- Für das Gelee final die aufgekochten Schlehen durch ein Moltontuch gießen, den aufgefangenen Saft mit Gelierzucker 2:1 aufkochen und in Gläser abfüllen.
- Für die Schlehensahne die Schlagsahne aufschlagen und nach Geschmack mit 1-2 Teelöffeln Schlehengelee vermischen.
- Forellenfilets auf Tellern mit der Schlehen-Sahne und dem Roggenmischbrot anrichten und mit Petersilie garnieren.

Tipp:

Schlehen sind im Herbst reif, sollten aber erst nach dem ersten Frost verarbeitet werden, da sie viele Gerbstoffe, die sehr bitter und adstringierend wirken, enthalten. Durch den Frost werden diese abgebaut, was den Geschmack verbessert. Falls die Schlehen vor dem ersten Frost geerntet werden, kann man sie auch einfach für einige Tage ins Gefrierfach legen, um denselben Effekt zu erzielen.

Die folgenden Angaben beziehen sich auf eine Portion Forellenfilet mit Schlehensahne von ca. 100 g:

Nährwertabelle

Energie	Fett	Kohlenhydrate	Eiweiß	Kalzium
202 kcal	10,4 g	16,5 g	11,5 g	36,2 mg