



FORELLE BUNT

Im Ganzen sanft gegrillte Lachsforelle gefüllt mit Zitronen und Kräutern auf einem Orangensalat mit Rucola, Oliven, roten Zwiebeln und schwarzem Pfeffer dazu einen mit Vadouvan-Curry marinierten und gegrillten Blumenkohl

kreiert von Adrian Bühler
grilliert von Monika Fasnacht und Fabien Rohrer

(Rezept für vier Personen)

Lachsforellen

4 Lachsforellen

Salzen und mit Zitronenscheiben und Kräutern füllen. Einzel in Alufolie einpacken, ein bisschen Weisswein zugeben und gut verschliessen. Den Fisch 10 bis 25 Minuten garen.

Orangensalat

3 Orangen filetiert
100g Rucola grob geschnitten
Taggiasca Oliven entsteint
2 Rote Zwiebeln in Schnitze geschnitten
Schwarzer Pfeffer aus der Mühle
2 EL Balsamico weiss
5 EL Olivenöl
Salz und Zucker

Mischen und mit Salz, einer kleinen Prise Zucker und Pfeffer aus der Mühle abschmecken.

Blumenkohl

- 1 Blumenkohl in Röschen rüsten
- 2 EL Vadouvan
- 1 EL Olivenöl
- 1 EL Joghurt
- Salz
- Koriander gehackt

Mischen und ein wenig ziehen lassen. In Alufolie einpacken und auf dem Grill garen. Auspacken, Marinade ableeren und die Röschen auf dem Grill anrösten. Zum Servieren einen Löffel der Marinade drauf geben. Mit gehacktem Koriander bestreuen.