

# HARZER FORELLE MIT RAHMWIRSING & KIMCHI SESAM

Rezept für 2 Personen

## Bestandteile

Harzer Lachsforelle, Rahmwirsing  
Wildkraut aus Blankenburg

## Lachsforelle

2 Filets (Küchenfertig) ca. 175g p.Pers.  
etwas Öl  
Salz, Pfeffer  
1 El. Butter  
Rosmarin, Thymian, Knoblauch

In einer Pfanne etwas Öl erhitzen, die Forellenfilets auf der Hautseite einlegen und ca. 5 Minuten bei niedriger Hitze braten. Filets wenden, Kräuter, Knoblauch sowie Butter zugeben. Sobald die Butter geschmolzen ist die Forellenfilets mit der schaumigen Butter mehrfach übergießen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

## Rahmwirsing

1/2 Wirsingkohl ca. 400g  
1 El. Butter  
100 ml Weißwein  
300 ml Sahne  
Salz, Pfeffer, etwas Honig

Wirsingkohl in feine Streifen schneiden und in einer Pfanne mit etwas Butter kurz bei hoher Hitze anschwitzen.  
Mit Sahne und Weißwein ablöschen und einkochen bis eine leichte Bindung entsteht. Nochmals etwas kalte Butter zugeben und abschmecken mit Salz, Pfeffer und Honig.

## Anrichten

Wirsing mit etwas Rahm in die Mitte des Tellers geben.  
Darauf den gebratenen Fischlegen.  
Mit etwas frischen Wildkräutern garnieren und zum Schluss etwas beiliegenden **Kimchi Sesam** über das Gericht streuen.

**Guten Appetit wünscht Ihnen Ihr Sternekoch!**

