



Kräuter-Senf-Saibling mit Kartoffelspalten

Empfehlung: HARGARDUN oder REVOLUZZER Riesling

Zutaten für 4 Personen:

1 Bund Petersilie (glatt, ca. 20 Stiele)
1 Bund Dill (ca. 15 Stiele)
1 Bund Koriandergrün (ca. 30 Stiele)
2 Feigen (getrocknet)
1 Limette (bio)
2 TI Dijon-Senf
Fleur de sel
8 El Olivenöl
2 TI Koriandersaat
1 TI Chiliflocken
800 g Kartoffeln (mittelgroß, festkochend)
4 Saiblingsfilets (mit Haut, à ca. 160 g)
1 Avocado (ca. 250 g)

Zubereitung:

Für die Kräutermischung Kräuter waschen und trocken schleudern. 2 Stiele Dill beiseitelegen, restliche Kräuter mit den Stielen sehr fein schneiden. Feigen fein hacken. Limette waschen, trocken reiben und die Schale fein abreiben. Limettensaft auspressen und beiseitestellen. Senf, 2 TI Fleur de sel, Limettenschale und 4 El Olivenöl verrühren. Kräuter und Feigen zugeben und gut mischen. Kräutermischung abgedeckt beiseitestellen.

Für die Kartoffelspalten Koriandersaat im Mörser fein zerstoßen. Mit Chiliflocken und restlichem Olivenöl verrühren. Gewürzöl beiseitestellen. Kartoffeln waschen, mit der Bürste gründlich reinigen, im Durchschlag abtropfen lassen. Kartoffeln in ca. 2 cm breite Spalten schneiden und

in einer großen Schüssel mit dem Gewürzöl gut mischen. Kartoffeln auf ein mit Backpapier belegtes Backblech legen und im vorgeheizten Backofen bei 220 Grad (Gas 3-4, Umluft 200 Grad) auf der mittleren Schiene in ca. 40 Minuten goldbraun backen.

Inzwischen Saiblingsfilets halbieren, die Fleischseite jeweils großzügig mit der Kräutermischung bestreichen. Avocado halbieren, entkernen, das Fruchtfleisch mit einem Esslöffel in kleinen Stücken aus der Schale lösen und sofort mit Limettensaft beträufeln.

Kartoffelspalten nach 30 Minuten Garzeit aus dem Backofen nehmen und die Saiblingsfilets und Avocadostücke zwischen die Kartoffelspalten legen. Alles zusammen zurück in den Ofen schieben und fertig garen.

Backblech aus dem Ofen nehmen. Vom beiseitegelegten Dill die Ästchen von den Stielen abzupfen. Saibling, Kartoffeln und Avocado mit Dill garnieren und sofort servieren.

Zubereitungszeit: 1 Stunde

Guten Appetit!