



Kostbares vom
SCHLATTBAUERNGUT
mehr als Bio.

Geflämmte Räucherforelle mit Hanf & Hanfölmayonnaise

Zutaten:

- Ca. 250g Räucherforellenfilets
- 20 Stk. Radieschen
- Verschiedene Pflücksalate
- Hanfölmayonnaise
- Kresse
- Geschälte Hanfsamen
- Etwas Hanföl & Zitronensaft

Zutaten für Hanfölmayonnaise:

- 2 Dotter
- 1 kleiner Teelöffel Estragon Senf
- Etwas Zitronensaft
- Salz & Pfeffer
- Eine Prise Zucker
- 1 Spritzer Worcestersauce
- 1/8 l kaltgepresstes Bio-Rapsöl
- 1/8 l kaltgepresstes Bio-Hanföl

Zubereitung der Hanfölmayonnaise:

Dotter, Senf, Zitronensaft, Salz, Zucker, Worcestersauce und Pfeffer mit einem Schneebesen glattrühren. Unter ständigem Rühren tropfenweise die zimmertemperierten Öle dazugeben.

Tipp: Wer es gerne noch intensiver hätte, einfach weniger Bio-Rapsöl und mehr Bio-Hanföl nehmen. Gesamtmenge der Öle sollte jedoch 1/4 l sein, damit die Konsistenz der Mayonnaise stimmt.

Zubereitung:

Radieschen und Salate waschen. Die Hanfölmayonnaise als Spiegel auf dem Teller anrichten. Das Räucherforellenfilet mit ausreichend geschälten Hanfsamen bestreuen und auf dem Teller leicht abflämmen. Die Radieschen in dünne Scheiben schneiden und gemeinsam mit der Kresse dekorativ auf dem Teller anbringen. Den Pflücksalat mit etwas Hanföl & Zitronensaft beträufeln. Etwas Baguette dazu und fertig ist eine schnelle Vorspeise, ideal für den Frühling!