

Rote-Bete-Mousse mit Wintersalat und Forelle

Fertig in: 45 Minuten Plus Kühlzeit

Pro Portion: Energie: 372 kcal,



Foto: Julia Hoersch

Mengenangaben in den Zubereitungsschritten beziehen sich auf 4 Portionen und werden vom Portionsrechner nicht angepasst.

Zutaten für 4 PORTIONEN

- 200** g Rote Bete
- 2½** El Meerrettich (frisch gerieben)
- 100** g Frischkäse
 - Salz
 - schwarzer Pfeffer (frisch gemahlen)
- 1** Prise Zucker
- 1½** Blätter weiße Gelatine
- 70** ml Schlagsahne
- 25** g Pecannusskerne (grob gehackt)
 - 3** El Walnussöl
 - 1** gestr. Tl Senf
 - 1** Tl Honig
 - 1** Tl Zitronensaft
 - Cayennepfeffer
- 80** g Salat-Mischung (z.B. Feld- und Eichblattsalat)
- 300** g Forellenfilets
 - 4** Stiele Dill

Zubereitung

- 1.** Rote Bete schälen. 1/2 Knolle beiseitelegen. Restliche Rote Bete fein reiben, mit Meerrettich, Frischkäse, Salz, Pfeffer und Zucker verrühren.
- 2.** Gelatine in kaltem Wasser einweichen. Nach Packungsanleitung auflösen. 3 El Frischkäsemasse mit Gelatine verrühren und unter die restliche Masse rühren. Sahne steif schlagen und unterheben. Die Masse mindestens 2 Stunden sehr kalt stellen.
- 3.** Nüsse in einer Pfanne ohne Fett leicht anrösten. Walnussöl mit Senf, Honig, Zitronensaft, 1 Tl Wasser, Salz und etwas Cayennepfeffer verrühren.
- 4.** Den Salat waschen und trocken schleudern. Übrige Rote Bete in feine Scheiben hobeln. Von der Mousse Nocken abstechen und auf je 2 Scheiben setzen, mit Nüssen bestreuen. Forelle mit Salat und Nocken anrichten. Mit Dressing beträufeln, Fisch mit Dill garnieren.