

Dauer: Mittel
Kategorie: Isst-Gut-Rezept Hauptspeisen
Saison: Herbst
Für: 4 Personen
Verfasst von: Martina Höfelmaier

Zutaten

Forelle

	4	Forellenfilets
• • •	8	Speck oder Rohschinken
	8 BLÄTTER	Salbei
		Salz
• • •		Pfeffer
•••		

etwas Zitronensaft

	20 G	Öl oder Butterschmalz zum Braten
k	Kürbis- G nocch	i
••	300 G	rohe, geschälte, mehlige Erdäpfel
••	200 G	roher, geschälter Kürbis
••	3	Eidotter
••	200 G	griffiges Mehl
• •	1 EL	Grieß
••	1 EL	Butter
••		Salz
••		etwas Muskatnuss und schwarzer Pfeffer
		Butter zum Braten

Zubereitung

Forelle

- 1. Fischfilets trockentupfen mit Salz, Pfeffer und etwas Zitronensaft würzen.
- 2. Jedes Filet mit 2 bis 3 Salbei Blättern belegen, und mit jeweils zwei Scheiben Rohschinken umwickeln.
- 3. Die Filets bis zum Braten kühl stellen.
- **4.** Parallel zum Kochen der Gnocchi, eine Pfanne mit Butterschmalz oder Öl erhitzen, und die mit Speck ummantelten Forellenfilets bei mittlerer Hitze braten.
- **5.** Filets auf jeder Seite etwa 4 Minuten braten.

Kürbis-Gnocchi

- 1. Erdäpfeln in Salzwasser weich kochen, abseihen, ausdampfen lassen, und durch eine Erdäpfelpresse passieren.
- 2. Ebenso den Kürbis weichdünsten, ausdampfen lassen, und mit dem Stabmixer pürieren.
- 3. Erdäpfel und Kürbis mit Dotter und zimmerwarmer Butter vermengen, danach mit Mehl, Grieß und den Gewürzen rasch zu einem geschmeidigen Teig verarbeiten.

Der Teig kann sofort verarbeitet werden.

- **4.** Aus dem Erdäpfel-Kürbis Teig ca. 2 cm dicke Rollen formen und davon etwa 2 cm lange Stücke abschneiden.
- 5. Mit den Zinken einer Gabel das typische Rillenmuster hineindrücken.
- **6.** Die Gnocchi im Salzwasser bei mittlerer Hitze gar ziehen lassen, bis sie an die Oberfläche des Wassers aufsteigen.
- 7. Aus dem Wasser abschöpfen und in brauner Butter schwenken.
- 8. Mit Salz und frisch gemahlenem Pfeffer würzen.

Isst-Gut-Rezept, Fisch-Tag

Tipp von Diätologin Maria Anna Benedikt: Dazu passt gut ein frischer knackiger Salat!