

**Autor:** Heiko Antoniewicz  
**Garzeit:** 1 Stunde 3 Minuten



## Zutaten

Für 4 Personen

### Forellen (Sous Vide):

2 Forellen  
30 ml heller Essig  
100 ml Fischfond  
2 Pimentkörner  
5 weiße Pfefferkörner  
30 g Butter  
Je 40 g feine Streifen von Karotte, Lauch,  
Sellerie  
1 Zweig Estragon  
20 ml Weißwein  
1 Streifen breite Orangenschale

### Kartoffelsalat (Sous Vide):

240 g Kartoffelwürfel 1 cm groß geschnitten  
1 Gurke in Würfel geschnitten  
1 kleine Zwiebel  
1 EL Schnittlauch  
60 ml Sonnenblumenöl  
40 ml Wasser  
Salz  
20 ml Kräuternessig

## Zubereitung

### Forellen (Sous Vide):

Die Forelle filetieren und darauf achten, dass die äußere Schicht nicht zu sehr beschädigt wird. Die Gräten entfernen, halbieren und mit der Haut nach oben zur Seite legen.

Den Fischfond mit dem Weißwein und den Gewürzen einmal aufkochen lassen. 15 Minuten ziehen lassen und fein passieren. Mit der Butter aufmixen. Würzig mit Essig und Salz abschmecken.

Die Gemüsestreifen mit der Orangenschale anschwitzen und abschmecken. Den gezupften Estragon dazu geben. Das Gemüse jeweils in einen Vakuumbutel geben und das Fischfilet hinein legen. Vakuumieren und bei 56 °C im Sous Vide Wasserbad des **fusionchef** 18 Minuten Sous Vide garen. Forelle mit dem Sud und Gemüse anrichten.

### Kartoffelsalat (Sous Vide):

Die Zwiebel in etwas von dem Öl anschwitzen und leicht salzen. Mit den Kartoffelwürfeln und Gurkenwürfeln vermengen. Das restliche Öl, Wasser und Essig dazugeben. Kurz durchmengen und vakuumieren. Bei 85 °C im Sous Vide Wasserbad des **fusionchef** 45 Minuten Sous Vide garen. Noch warm abschmecken und die Schnittlauchringe unterheben.

Dazu empfehlen wir: Feldsalat