

Rezept

Räucherforelle mit zweierlei Kürbis

Ein Rezept von Räucherforelle mit zweierlei Kürbis, am 11.06.2026

Zutaten

400 g Hokkaidokürbis (ungeputzt ca. 450 g)	50 ml + 2 EL Weinessig
Salz	1 kleiner Bund Estragon
1 Stängel Dill	1 Schalotte
70 g Sahne	3 TL Meerrettich (aus dem Glas)
1 TL frisch gepresster Zitronensaft	1 EL Honig
Pfeffer	4 geräucherte Forellenfilets ohne Haut (à 70 g)

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 4 Personen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: 30 bis 60 min | **Pro Portion** Ca. 225 kcal

Zubereitung

1. Den Kürbis waschen, putzen, entkernen und würfeln. 50 ml Essig mit 50 ml Wasser und ½ TL Salz zum Kochen bringen und den Kürbis darin bei mittlerer Hitze ca. 5 Min. zugedeckt, dann 5 Min. offen unter gelegentlichem Rühren dünsten, bis die Flüssigkeit verdampft und der Kürbis gar ist.
2. Inzwischen die Kräuter waschen, trocken schütteln, grobe Stiele entfernen und die Blätter fein hacken. Die Schalotte schälen und fein würfeln. Die Sahne mit dem Meerrettich und dem Zitronensaft verrühren und die Hälfte der Kürbiswürfel unterrühren. Die Kräuter mit dem Honig und 2 EL Essig verrühren. Den restlichen Kürbis unterrühren. 10 Min. durchziehen lassen. Beide Mischungen mit Salz und Pfeffer abschmecken. Mit je einem Forellenfilet auf Tellern anrichten und mit frischem Weißbrot servieren.