

Kochen

Martin Gehrlein

Mittwoch, 26.02.2020

**Omelett mit Räucherforelle,
Kartoffelspalten und Schafskäse-Dip**

Für 4 Personen

Zutaten:

Für die Kartoffelspalten

1 kg Kartoffeln, vorwiegend festkochend
2 Stiele Thymian
1 Stiel Rosmarin
6 EL Sonnenblumenöl
Salz
Pfeffer
Zucker

Für den Schafskäse-Dip

5 Tomaten, getrocknet, in Öl
250 g Schafskäse
200 g Joghurt
2 TL Tomatenmark
2 TL Balsamessig, hell
Salz
Pfeffer

Für das Omelett

2 Äpfel
200 g Gurke
1 Lauchzwiebel
4 TL Zitronensaft
1 EL Balsamessig, hell
Pfeffer
100 g Sauerrahm
100 g Schmand
etwas Zucker
1 Bund Schnittlauch
400 g Räucherforelle (oder Lachs)
12 Eier, Kl. M
4 EL Milch
Salz
4 EL Sonnenblumenöl
4 TL Butter
1 Beet Kresse



Zubereitung:

1. Für die Kartoffeln Backofen auf 200 Grad Ober- und Unterhitze vorheizen.
2. Kartoffeln gründlich abbrausen (nach Belieben schälen) und in Spalten schneiden.
2. Thymianblättchen, Rosmarinnadeln fein hacken. Mit Öl Salz, Pfeffer und etwas Zucker verrühren.
3. Kartoffelspalten mit dem Würzöl mischen und auf einem mit Backpapier belegtem Blech

verteilen. Auf der mittleren Schiene ca. 45 Minuten backen, dabei ab und zu wenden.

4. Für den Dip die Tomaten etwas abtropfen lassen, das Öl dabei auffangen.
5. Schafskäse grob zerdrücken. Mit Joghurt, Tomatenmark, Essig, Salz und Pfeffer verrühren. Getrocknete Tomaten untermischen und evtl. mit einem Stabmixer pürieren, sodass eine glatte Masse entsteht.
6. Für das Omelett Äpfel und Gurke abbrausen. Äpfel vierteln, entkernen und fein würfeln. Gurke längs vierteln, entkernen und ebenfalls fein würfeln. Lauchzwiebel in dünne Scheiben schneiden.
7. Äpfel, Gurke und Lauchzwiebel mit 2 TL Zitronensaft, Essig, Salz, Pfeffer, Sauerrahm, Schmand und Zucker mischen.
8. Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Forellenfilets grob zerzupfen mit Schnittlauch und übrigem Zitronensaft mischen. Mit wenig Salz und Pfeffer würzen.
9. Eier, Milch, Salz und Pfeffer verquirlen.
10. Jeweils 1 Ei Öl und 1 TL Butter portionsweise in einer oder zwei Pfannen erhitzen.
11. Die Eimasse portionsweise in die Pfanne geben und stocken lassen. Anschließend wenden.
12. Kartoffeln aus dem Ofen nehmen.
13. Omeletts auf Teller geben Räucherforelle und Apfel-Gurken-Mix jeweils auf einer Omelethälfte verteilen. Kresse vom Beet schneiden und darüber streuen. Die andere Omelethälfte darüberklappen, mit den Kartoffeln und Tomaten-Dip servieren. Wenn es schnell gehen soll, schmeckt das Omelett auch mit Bauernbrot, statt Kartoffeln.