

Ørred opskrifter



Gravad ørred med rævesovs

*

Ørred carpaccio

*



Grillet ørred med mandler

*



Grillet ørred
med persille og hvidløg

*



Terrin af røget ørred

*



Røget ørred
i trøffelolie med asparges



Gravad ørred med rævesovs (4-6 personer)

Del den ferske ørred i to fileter og rens dem godt for slim og blod – fjern omhyggeligt alle ben. Rør sukker, salt og peber grundigt sammen. Skyl dilden godt igennem og dup den tør. Klip dilden og læg halvdelen af den i bunden af et fad. Gnid nu kødsiderne af fileterne med sukkerblandingen og sørg for, at det hele bliver dækket godt. Læg fileterne oven på hinanden med kødsiderne indad og skindsiderne udad. Læg dem hoved mod hale. Drys resten af dilden hen over og dæk med folie. Læg et let pres på – f.eks. et skærebræt – og lad fisken marinere på køl i et døgn eller to. Vend fisken en gang imellem.

Ingredienserne til rævesovsen røres godt sammen og trækker i minimum en time.

Skær den gravade ørred i fine skiver og servér dem med friske dildkviste og rævesovs, gerne på surbrød.

1 stor fersk ørred
2 spsk sukker
1 spsk brun farin
2 spsk salt
Stødt hvid peber
1 stort bundt dild

Rævesovs:
3 spsk dijonsennep (eller anden sennep)
1 dl olie
2 spsk vineddike
1 spsk sukker (brun farin)
3-4 spsk fintklippet frisk dild

Tips!

- Man kan anvende tørret dild i stedet for frisk.
- Bed eventuelt fiskehandleren om at filetere ørrederne.
- Frosne ørreder kan også anvendes.
- Øl og snaps passer bedst, men en robust hvidvin kan også bruges.



Ørred carpaccio (4 personer)

Skær fileterne ud i meget tynde skiver og læg dem på tallerkener, så de dækker hele fladen. Dryp med citronsaft og olivenolie og drys med salt og peber. Lad det hele stå køligt i en halv til en hel time. Umiddelbart før serveringen drysses med plukkede, friske basilikumblade.

Man kan eventuelt garnere med friske blade af rucola og lidt soltørret tomat på kanten. Spis godt brød til.

Tips!

- *Carpaccio er i sin originale version tynde skiver af råt mørt oksekød marineret i olivenolie og serveret med flager af frisk parmesan.*

I dag anvendes betegnelsen for diverse råvarer skåret i tynde skiver.

- *Læg eventuelt fileterne i fryseren en times tid, før de skal skæres. Det gør det nemmere at skære helt tynde skiver.*

- *Vil man have et orientalsk præg, kan man dryppe med soya og drysse med fintklippet frisk koriander.*

- *Drik en frisk, frugtrig italiensk hvidvin til.*

2 ferske ørredfileter

Citronsaft

Olivenolie

Salt

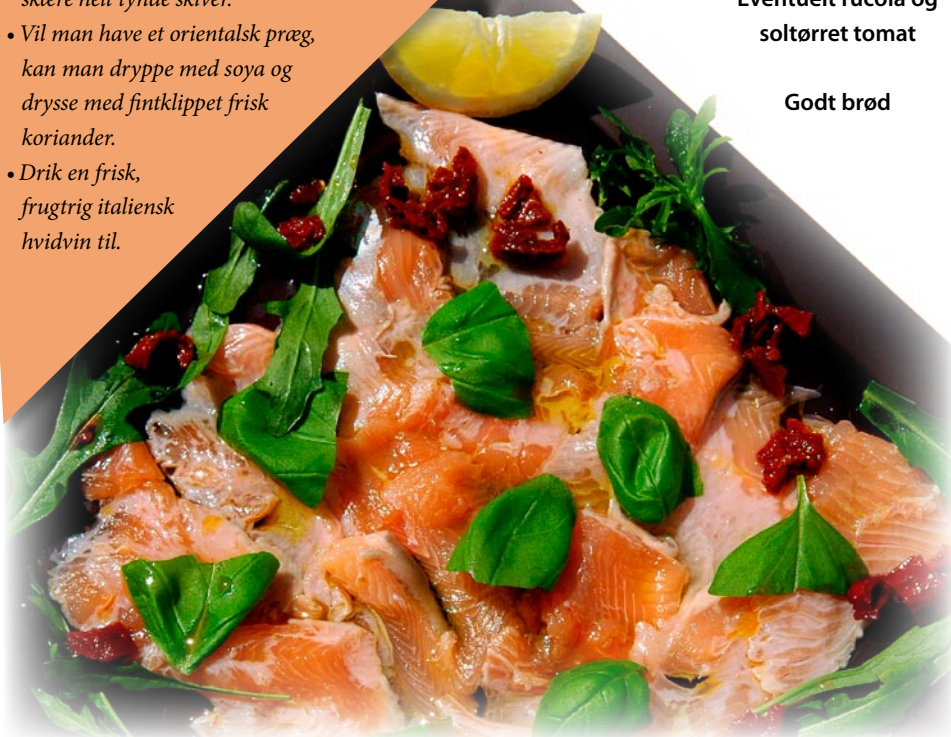
Hvid peber

Frisk basilikum

Eventuelt rucola og

soltørret tomat

Godt brød



Grillet ørred med mandler (4 personer)

4 ferske portionsørreder

Olivenolie

Salt og peber

100 g smuttede mandler

eller mandelflager

50 g smør

De hele ørreder renses godt, pensles med olivenolie og grilles godt på begge sider, så skindet er sprødt og kødet saftigt.

Smelt smørret på en pande. Når det bruser (men ikke branker), kommes mandlerne i og ristes gyldne. Ved serveringen hældes de smørstegte mandler over ørrederne.

Tips!

- Små nye kogte kartofler drysset med persille passer fint til – og lidt citronsaft presset ud over de nygrillede fisk giver et godt modspil.
- Læg eventuelt smurt alufolie på grillen. Så hænger fiskene ikke så nemt fast, og grillen er nemmere at gøre ren.
- En hvid Loire-vin, f. eks. en Sancerre, vil være en fornem ledsager.



Grillet ørred med persille- og hvidløgssmør (4 personer)

1 stor fersk ørred (eller fire portionsørreder)

Salt og peber

1 citron

1 bundt (bredbladet) persille

4-6 fed hvidløg

100 g smør



Skyl ørreden godt og dup den tør med køkkenrulle. Gnid den med salt og peber og dryp med citronsaft. Lad den stå og trække, mens persillesmørret røres. Det blødgjorte smør røres med finthakket hvidløg og persille, og blandingen fyldes i ørreden, som trykkes godt sammen. Grill den - og læg den på et fad, hvor man forsigtigt tager benene ud, inden fisken skæres ud i portionsstykker. Spis f.eks. tomatsalat til.

Tips!

- *Man kan købe persillesmør i de fleste supermarkeder, hvis man ikke vil have besværet selv.*
- *Eventuelt overskydende persillesmør kan anvendes som fyld i bage kartofler.*
- *Drik en kold, fed hvidvin, eventuelt en chilensk chardonnay, til.*

Terrin af røget ørred

Ca. 300 g røget ørred uden skind og ben

200 g flødeost naturel

2 spsk hvid portvin

2 spsk citronsaft

1 finthakket skalotteløg

2 fed finthakket hvidløg

1 spsk finthakket fennikel

Salt og peber

Rør osten med portvin og citronsaft, mos ørredkødet og rør det i sammen med de hakkede urter. Kom massen i en form, dæk med film og stil i køleskabet natten over. Spis terrinen smurt på tynde skiver ristet brød, eventuelt sammen med små syltede agurker (cornichoner).

Tips!

- Terrinen er nem og hurtig at tilberede og kan bruges både som forret og som små appetitvækkere til drinks før middagen - eller til et glas kølig rosé på terrassen.



Røget ørred i trøffelolie med asparges

Læg ørredfileterne på hver sin tallerken, dryp med trøffelolie (dyrt, men dejligt) og drys med hvid peber fra kværn. Lad dem trække et køligt sted i 30 minutter.

Servér sammen med hvide asparges, der lige akkurat er kogt al dente (med bid). Kom lidt koldt smør henover. Tynde skiver af trøffel gør underværker!

Drys med hakket persille eller fintklippet dild.

Husk godt brød.

4 små fileter af røget ørred uden skind og ben

Trøffelolie

Hvid peber

Hvide asparges

Smør

Hakket persille eller dild

Eventuelt skiver af trøffel



Tips!

- Er det ikke sæson for hvide asparges, kan man bruge grønne.
- Det kan være svært med vin og asparges, men prøv med en riesling fra Alsace.

6 nemme
opskrifter med
fersk og røget
ørred



Rigtig god fornøjelse

Med venlig hilsen

Dansk Akvakultur

www.danskakvakultur.dk