




Gebratener Radicchio mit geräucherter Forelle und Paprika



 Zeit gesamt
25min

 Zubereitungszeit
25min

 Schwierigkeit
Einfach

Zutaten

für 4 Portionen

| | |
|---------------------------|-------|
| Paprika, gelb | 1 St. |
| Oliveöl | 3 EL |
| Balsamicoessig, hell | 1 EL |
| Salz | |
| Pfeffer, schwarz gemahlen | |
| Radicchio | 1 St. |
| Forellenfilet, geräuchert | 400 g |
| Butter | 2 EL |
| Schnittlauch, frisch | 10 g |

Zubereitung



Küchenutensilien

kleine Schüssel, mittlere Pfanne, Backblech mit Backpapier

1. Backofen auf 180 °C (Ober-/Unterhitze) vorheizen. Paprika waschen, Strunk und Kerngehäuse entfernen und sehr fein würfeln. In einer Schüssel Öl, Essig, Salz und Pfeffer verrühren. Radicchio waschen, unschöne Blätter entfernen und in ca. 4 cm dicke Spalten schneiden. Schnittlauch waschen und trocken schütteln.
2. Inzwischen Forellenfilets im Backofen ca. 3–5 Min. erwärmen. In einer Pfanne Butter auf mittlerer bis hoher Stufe erhitzen und Radicchioviertel darin von jeder Seite ca. 1 Min. anbraten. Anschließend mit Salz und Pfeffer würzen.
3. Lauwarmen Radicchio mit Forellenfilets auf Tellern anrichten und mit Paprikawürfeln bestreuen. Dressing darüberträufeln und mit Schnittlauchhalmen garnieren.

Guten Appetit!

Nährwerte (pro Portion)

| | |
|----------------|----------|
| Kaloriengehalt | 269 kcal |
| Kohlenhydrate | 7 g |
| Eiweiß | 25 g |
| Ballaststoffe | 1 g |
| Fette | 17 g |