



**Kochen**

**Simon Tress**

**Dienstag, 24.10.2016**

**Ziegenkäse-Ravioli auf geschmortem Orangen-Fenchel mit Avocado**

**Für 4 Personen**

**Für die Ziegenkäse-Ravioli**

100 g Mehl  
1 EL Milch  
1 EL Olivenöl  
1 Ei (Größe M)  
Salz  
50 g Lauch  
1 Schalotte, klein  
75 g Ziegenkäse (oder andere Frischkäse)  
Salz  
Pfeffer  
1 Eigelb (Größe M)

**Für den Orangen-Fenchel**

1,5 Fenchelknolle  
15 g Butter  
1 TL Currypulver  
250 ml Orangensaft  
1 EL Ahornsirup  
Salz  
Pfeffer

**Für den Avocado-Stampf**

1 Avocado (z. B. Hass, wichtig Sie sollte sehr weich sein)  
Saft von 0,5 Zitrone  
Salz  
Pfeffer

**Für das Forellenfilet**

4 Forellenfilets (oder 2 ganze Forellen)  
Salz  
Pfeffer  
4 EL Butter  
1 Knoblauchzehe  
1 Stiel Rosmarin

**Zubereitung**

1. **Für die Ravioli** Mehl, Milch, Öl und Ei zu einem geschmeidigen Teig zerkneten.
2. Etwas Salz hinzugeben und nochmals gut vermengen.
3. Den Teig anschließend mit einer Nudelmaschine sehr dünn (ca. 2 mm) ausrollen.
4. Den Lauch und Schalotte abziehen, bzw. putzen und in feine Würfel schneiden. Mit dem Ziegenkäse vermengen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

6. Mit einem Ausstecher 8 Teigkreise (Durchmesser: ca. 6 cm) ausstechen.

7. Die Ziegenkäsemasse mittig auf die 4 Teigkreise verteilen. Eigelb verquirlen, die Teigränder damit bestreichen. Die übrigen Teigkreise auf die Füllung setzen und andrücken.

9. In einem Topf leicht gesalzenes Wasser aufkochen. Temperatur herunterschalten, Ravioli darin ca. 5 Minuten garen. Steigen die Ravioli an die Wasseroberfläche, sind sie gar.

10. Ravioli herausnehmen und abtropfen lassen. Nach Belieben in etwas Butter schwenken und servieren.

11. **Für den Fenchel** die Knolle putzen, Strunk entfernen. Fenchel in fein Würfel schneiden.

12. Butter und Curry in einem Topf erhitzen. Fenchel zugeben und alles kurz schwenken.

13. Orangensaft zugeben und alles bei schwacher Hitze ca. 10 Minuten einköcheln lassen.

14. Wenn der Orangensaft fast vollständig eingekocht ist, Ahornsirup untermischen.

Mit Salz und Pfeffer abschmecken.

15. **Für die Avocado** die Frucht halbieren, den Stein entfernen. Fruchtfleisch aus der Schale lösen.

16. Avocado-Fruchtfleisch und Zitronensaft mit einer Gabel zermusen. Mit Salz und Pfeffer würzen.

17. Den Backofen auf 100 Grad Umluft vorheizen. Forellenfilets mit Salz und Pfeffer würzen.

18. Butter zusammen mit der halbierten, ungeschälten Knoblauchzehe und dem Rosmarin erhitzen.

19. Wenn die Butter leicht braun ist die Forellenfilets auf der Hautseite kross braten, anschließend kurz wenden und auf der Fleischseite ganz kurz anbraten.

20. Filets mit Ziegenkäseravioli, Fenchel und Avocado servieren.