



## Lachsforelle mit Dillsoße

Seminarbäuerin Elfriede Schachinger  
aus Schlatt

### Zutaten:

4 Lachsforellenfilets, Zitronensaft, Salz, Pfeffer, Öl zum Anbraten, 2 Schalotten oder Frühlingszwiebel (gehackt), 150 g Champions (in Scheiben geschnitten), ca. ½ l Fischfond oder Gemüsesuppe, ¼ l Weißwein, 6 EL Obers oder Creme Fraiche, Dill (fein gehackt), evt. 1 EL Maizena

### Zubereitung:

Filets mit Zitronensaft säuern, salzen und evt. pfeffern, Öl erhitzen, Zwiebel und Champions glasig anschwitzen mit Weißwein ablöschen und mit Suppe und Obers aufgießen, Fischfilets in breitere Streifen schneiden und in die Soße hineinlegen.

Ca. 5 – 8 Min. leicht köcheln lassen. Die Soße evt. mit etwas Maizena binden, nochmals kurz durchkochen, Dill unterrühren und mit Salz und Pfeffer pikant abschmecken.

### Einkaufsadressen:

#### Hier gibt's Gemüse\* und Kräuter\*\*:

Familie Eder**	Hainbach 3	4692 Niederthalheim	07673/ 7179
Familie Friedl*, **	Engelsheim 10	4841 Ungenach	07672/ 8200
Familie Graf*	Imling 4	4692 Niederthalheim	07673/7446
Familie Grausgruber**	Hinterschützing 6	4691 Schlatt	07673/ 2910
Familie Neuhuber **	Philippsberg 3	4690 Schlatt,	07673/ 4246
Familie Niedermaier*,**	Schlatt 12	4691 Breitenschützing	07673/ 24 84
Familie Perner**	Schmidham 2	4841 Pilsbach	0664/9177222
Familie Spitzer*	Traschwandt 1	4882 Oberwang	06233/8376

#### Gutes Gelingen wünschen:

