Πέστροφα από το Ondenval

> *" Τα φυτά είναι εποχικά, το ίδιο και τα ψάρια. Όλα έχουν να κάνουν με τις εποχές και τη βιωσιμότητα. "*
>
> — **Sang Hoon Degeimbre**

- **Μερίδες:** για 4 άτομα
- **Προετοιμασία:** 45 λεπτά
- **Ψάρι:** Η πέστροφα στη συνταγή εκτρέφεται στο αγρόκτημα Ondenval στο Βέλγιο, σύμφωνα με πολύ υψηλά πρότυπα και σε χαμηλή πυκνότητα εκτροφής παρόμοια με τις απαιτήσεις βιολογικής παραγωγής. Όταν ψωνίζετε για πέστροφα ή άλλα προϊόντα υδατοκαλλιέργειας, ψάξτε για την ετικέτα βιολογική EL ••• ή ASC, αλλά να είστε βέβαιοι ότι τα πρότυπα παραγωγής της ΕΕ είναι υψηλά για όλα τα είδη.

- 4 φιλέτα ιριδίζουσας πέστροφας, 75 γραμμαρίων το καθένα
- 1 ώριμη ντομάτα
- 4 baby καρότα (διαφορετικά χρώματα)
- 5 cl ξύδι Bouteville
- 1 κουταλιά της σούπας ελαιόλαδο
- 1 βάζο αυγά πέστροφας
- αλάτι και πιπέρι

- Βυθίζουμε τα φιλέτα πέστροφας σε άλμη 10% για 10 δευτερόλεπτα. Στραγγίζουμε αμέσως και τα τοποθετούμε σε ένα ταψί. Τα αφήνουμε στην άκρη.
- Κόβουμε την ντομάτα σε κομματάκια και βάζουμε ξύδι, αλάτι και πιπέρι. Αφήνουμε να ξεκουραστεί για 1 ώρα, πιέζουμε και συλλέγουμε τον χυμό.
- Ξεφλουδίζουμε τα καρότα και τα μαγειρεύουμε al dente σε βραστό νερό (ελέγχουμε την υφή με τη μύτη ενός μαχαιριού). Κόβουμε τα καρότα σε λεπτές φέτες.
- Καλύπτουμε την πέστροφα με αλουμινόχαρτο και ψήνουμε στον φούρνο στους 60°C για 10 λεπτά.
- Μεταφέρουμε την πέστροφα σε ένα πιάτο μαζί με μια γενναιόδωρη κουταλιά αυγών πέστροφας, βάζουμε τα καρότα γύρω-γύρω και ρίχνουμε από πάνω τον χυμό ντομάτας καθώς και μερικές σταγόνες ελαιόλαδο και φυστικέλαιο.