

Wurzel-Saibling mit Schnittlauch und Kren

1/3 Saibling

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Saison: Für: 4 Personen



Zutaten

600 G	Saiblingsfilet oder 4 kleine Filets à 150g
	Meersalz
	Zitronenpfeffer
	Olivenöl
	frisch geriebener Kren

Verfasst von: Andreas Döllner

Zubereitung

1. Haut vom Fisch abziehen, Filet von Gräten befreien und in portionsgerechte Stücke schneiden.
2. Mit Meersalz und Zitronenpfeffer, Olivenöl und Kren marinieren.
3. Auf einen Teller legen, mit Klarsichtfolie abdecken und bei 60° im Dampfgarer oder bei ähnlicher Temperatur im Backofen ca. 15 Minuten garen.

Die Kerntemperatur sollte 42°C betragen.

Die Garzeit hängt selbstverständlich von der Größe der Filets ab.

Generell gilt: Wenn das Eiweiß auszutreten beginnt, ist der Fisch fertig.

Info

Das Rezept stammt aus Andreas Döllners Kochbuch "Das Wirtshaus"!

Wurzel-Saibling mit Schnittlauch und Kren

2/3 Gemüse

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Saison: Für: 4 Personen



Zutaten

100 G	Karottenjulienne
100 G	Selleriejulienne
100 G	Gelbe Rübenjulienne
100 G	Lauchjulienne
120 G	Butter
200 G	Rindssuppe
40 G	Riesling Essig

Verfasst von: Andreas Döllner

Zubereitung

1. Das Juliengemüse in Butter etwa 2 Minuten ohne Farbe anschwitzen, salzen und mit Essig und Suppe auffüllen.
2. Das Gemüse nun 4 Minuten köcheln und heiß auf dem Fisch anrichten. Abschmecken.

Wurzel-Saibling mit Schnittlauch und Kren

3/3 Anrichten

Dauer: Mittel Kategorie: Hauptspeisen Saison: Für: 4 Personen



Zutaten

.....
16	kleine Salzerdäpfel
.....
	Schnittlauch
.....
	Kren
.....

Verfasst von: Andreas Döllner

Zubereitung

1. Mit Salzerdäpfel, frisch geschnittenem Schnittlauch & Kren servieren.

Da der Fisch nach dieser Zubereitungsmethode nicht wirklich heiß, sondern eher lauwarm auf den Teller kommt, müssen die anderen Komponenten wie Gemüse und Erdäpfel sowie der Teller wirklich heiß sein.