# Gebratenes Saiblingsfilet auf Kartoffelpüree, Schmortomaten und brauner Butter




**Dauer:** Mittel

**Kategorie:** Hauptspeisen

**Saison:** Ganzjährig

**Für:** 2 Personen

**Verfasst von:** Marlene Huber

## Zutaten

### Gebratenes Saiblingsfilet

| | |
|---|---|
| 2 | Saiblingsfilets (á ca. 160g) |
| 1 PRISE | Alpenfischgewürz |
| | Öl zum anbraten |
| | Butter zum anbraten |
| | Rosmarinzweig |

### Kartoffelpüree

| | |
|---|---|
| 700 G | mehlige Kartoffeln |
| 1 L | Wasser |
| 200 G | Milch |
| 30 G | Butter |
| 1 1/4 TL | Salz |
| 2 PRISE | Muskatnuss |

### Schmortomaten

| | |
|---|---|
| 2 | Rispen Cocktailtomaten |
| | Olivenöl |
| 2 ZEHEN | Knoblauch |
| | Salz |

## Zubereitung

1. Kartoffeln schälen, Wasser und 1 TL Salz in einen Topf geben.
2. Kartoffeln dazugeben, auf den Herd stellen und ca. 30-40 Minuten mit Wasser bedeckt garen, sodass Kartoffeln schön weich sind.
3. Schmortomaten in eine kleine flache Auflaufform geben, Olivenöl darüber geben, etwas Salz und 2 ganze Knoblauchzehen (etwas andrücken) ebenfalls dazugeben.

   Bei Bedarf kann auch ein Zweig Rosmarin dazugegeben werden.
4. Danach bei 180-200 Grad für 15 Minuten in den Backofen geben.
5. In der Zwischenzeit die Fischfilets abtupfen, gegebenenfalls parieren und mit etwas Alpenfischgewürz würzen.
6. Milch erwärmen, Kartoffeln vom Wasser trennen und wieder in den Topf geben.

7. Zugleich die Pfanne für die Filets erhitzen, etwas Butter oder Öl hineingeben und die Saiblingsfilets auf der Hautseite langsam knusprig anbraten.

8. Kartoffeln, Milch, Butter, Salz und Muskat mithilfe eines Mixers zu einem flaumigen Püree verrühren.

9. Bei den Fischfilets zuletzt noch Butter für den Geschmack zugeben, leicht nussig bräunen, dabei den Rosmarinzweig kurz mitschwenken.

   Vorsicht! Butter nicht anbrennen lassen!

10. Die Filets kurz fertig garen (nach Wunsch einmal wenden oder nur glasig ziehen lassen).

11. Kartoffelpüree, Saiblingsfilet und Schmortomaten schön anrichten und noch etwas braune Butter aus der Pfanne darüber tröpfeln.

Guten Appetit wünscht Marlene Huber vom Gut Mühllehen!