Gebeizter Fisch und Zuckerhut-Salat mit Apfelstücken



Dauer: Aufwändig

Kategorie: Isst-Gut-Rezept Jausenrezepte
Vorspeisen und Salate

Saison: Ganzjährig Herbst

Für: 4 Personen

Verfasst von: Salzburg schmeckt, Martina Höfelmaier

Zutaten

Gebeizter Fisch

4 frische Fischfilets entgrätet, mit Haut (ca. 120 g bis 150 g pro Filet) - Lachsforellen- oder Saiblingsfilets	
70 G	Salz
30 G	Zucker
1 BUND	Dill
1 BUND	Petersilie

4 SCHEIBEN	Roggensauerteigbrot
	Frischkäse zum Bestreichen

Zuckerhut-Salat mit Apfelstücken

1/2	Zuckerhut
1	Apfel
4 EL	Apfelessig
6 EL	Rapsöl
1 TL	Honig
1 TL	scharfer Senf
	Salz
	frisch gemahlener schwarzer Pfeffer

Zubereitung

Gebeizter Fisch

1. Dill und Petersilie fein hacken.
2. Salz und Zucker in eine Schüssel geben und mit den Kräutern zu einer Beize vermischen.
3. Etwas von der Beize in eine Auflaufform (oder ein vergleichbares Gefäß) geben, die Fischfilets mit der Haut nach unten darauflegen und mit der restlichen Beize bedecken.
4. Den gebeizten Fisch mit Frischhaltefolie abdecken, fest andrücken und beschweren, z.B. mit einem Brett.
5. Den Fisch je nach Dicke der Filets für mindestens 8 -12 h ziehen lassen.
6. Nach dem Beizen den Fisch aus der Marinade nehmen, trockentupfen und von der Haut befreien und mit einem scharfen Messer in dünne Scheiben schneiden.

7. Auf einer Scheibe Roggensauerteigbrot, mit Frischkäse bestrichen, servieren.

Zuckerhut-Salat mit Apfelstücken

1. Zuckerhutblätter waschen und fein nudelig schneiden, optimalerweise trockenschleudern.
2. Apfel waschen, entkernen und in feine Würfel schneiden.
3. Für die Marinade alle restlichen Zutaten vermengen.
4. Geschnittenen Zuckerhut und Apfelstücke in eine Schüssel geben und marinieren.

Nur absolut frischen Fisch zum Beizen verwenden und binnen einem Tag verzehren!

Martina's Tipp: Für eine besonders ansprechende Optik kann dem Grundrezept der Beize eine kleine gekochte und geraspelte Rote Bete zugegeben werden.