

MARINIERTE SAIBLING- UND FELCHENFILETS



Bild Andrea Campiche



Aus dem Buch «Das Beste aus der Schweizer Militärrküche» von Daniel Marti, erschienen im Weber Verlag.

PFIFFERLING-EIER-SALAT

85 g	kleine Pfifferlinge
5 g	Zwiebeln, fein gehackt
	Öl zum sautieren
10 ml	Sonnenblumenöl
3 ml	weisser Aceto Balsamico
1 Stk	Ei, hart gekocht
10 g	Bärlauchkapern, geputzt
50 g	Schnittlauch, fein geschnitten
	Salz, Pfeffer

FISCH

100 g	Saiblingfilet, ohne Haut
100 g	Felchenfilet, ohne Haut

MARINADE

15 g	Salz
20 g	Zucker
wenig	Zitronenpfeffer, Fenchelsamen, Lebkuchengewürz

BRUNNENKRESSE-PANADE

15 g	Blätter der Brunnenkresse
15 g	Panko-Mehl

ZITRONENLACK

5 ml	Zitronensaft
5 ml	weisser Aceto Balsamico
15 ml	Bouillon
10 ml	Orangensaft
15 g	Honig

ZUBEREITUNG FÜR 10 PORTIONEN (ALS APÉRO)

1. Alle Zutaten miteinander vermischen. Die Mischung über dem Fisch gleichmässig verteilen und zirka 2 Stunden marinieren.
2. Die Brunnenkresse im Öl frittieren und mit dem Panko-Mehl fein mixen.
3. Alle Zutaten einreduzieren. Anschliessend den Fisch mit dem Lack bestreichen und mit der Brunnenkresse-Panade panieren.
4. Die Pfifferlinge rüsten und mit den Zwiebeln in etwas Öl sautieren.
5. Mit dem Sonnenblumenöl und dem Balsamico eine Vinaigrette herstellen.
6. Die Pfifferlinge mit dem hart gekochten und in feine Würfel geschnittenen Ei, den Bärlauchkapern und dem Schnittlauch mischen.
7. Alles mit der Vinaigrette vermischen und würzen.

ANZEIGE



SCHIFFSBETRIEB
walensee

Samstag, 24. Juni 2017

Kulinarik & Zauberei

Erleben Sie magische Momente in zauberhafter Umgebung mit dem Illusionisten und Zauberer Danini.



info@walenseeschiff.ch · Tel. 081 720 34 34 · www.walenseeschiff.ch