

Fisch Rezepte

Fisch im Brotteig

Anzahl: 1 Brot(*)

Gattung: Backen, Fisch, Brot

TEIG

20 g Hefe
1 Essl. Wasser (1)
235 ml Wasser; (2)

400 g Mehl
1 geh. TL Salz

FÜLLUNG

800 g Goldbuttfilet oder
- Steinbuttfilet
1 Lattich
150 ml Rahm

Salz
Pfeffer
1/2 Zitrone; abgeriebene Schale
1 Bund Petersilie; fein gehackt

(*) 1 Brot reicht für 4 Personen.

Zum warm oder kalt essen: Fischmischung im Brotteig.

Teig: Hefe zerbröckeln und mit Wasser (1) flüssig rühren.

Mehl und Salz in die Rührschüssel geben. Auf niedrigster Stufe laufen lassen, Flüssigkeit und angerührte Hefe beifügen, bei mittlerer Geschwindigkeit 8 bis 10 Minuten zu einem geschmeidigen Teig kneten. Ist der Teig zu trocken, gibt man etwas Flüssigkeit dazu; ist er zu feucht, mischt man noch ein wenig Mehl bei. Teig zugedeckt an einem warmen Ort auf das doppelte Volumen aufgehen lassen. Füllung: 1/4 der Fischfilets in den Tiefkühler legen. Lattichblätter in siedendem Wasser blanchieren, abtropfen lassen, trocken tupfen. Blattrippen flach drücken. Blätter auf einem Küchentuch zu einem Rechteck von rund 45 x 30 cm auslegen. Fischfilets aus dem Tiefkühler nehmen, mit dem Rahm im Cutter pürieren, mit Salz, Pfeffer, Zitronenschale und Petersilie würzen. Farce auf den Lattichblättern ausstreichen. Fischfilets der Länge nach darauf auslegen, würzen. Mit Hilfe des Küchentuches einrollen. Teig zu einem Rechteck von rund 50x40 cm auswallen. Fischrolle auf den Teig legen, Teigrand mit Wasser bepinseln. Teig einrollen und mit der Naht nach unten auf ein mit Backpapier belegtes Blech legen. Zwei Luftlöcher ausstechen. Im 200 Grad heißen Ofen etwa 25 Minuten backen.