

# Fischrezepte

## Bachsaibling In Meerrettichsauce

Anzahl: 8 Portionen

Gattung: Fisch, Saibling, Fluss, Süßwasser

---

70 g	Schalotten	1 Bund	Schnittlauch
20 g	Butter	2	geh. TL Meerrettich frisch gerieben
1/2 Essl.	Mehl		Salz
400 ml	Fischfond		Cayennepfeffer
400 ml	Schlagsahne	1 Essl.	(-2) Zitronensaft
600 g	Bachsaibling Filets ohne	2 Essl.	(-3) Trockener Wermut
	- Haut und Gräten	1	Stiel Dill

---

1. Schalotten in feine Würfel schneiden. Butter erhitzen und die Schalotten darin glasig dünsten. Mehl zugeben, mit dem Schneebesen gut verrühren und kurz an schwitzen. Mit Fischfond und Sahne auffüllen und bei mittlerer Hitze auf die Hälfte sämig einkochen lassen.

2. Inzwischen die Saiblingsfilets in 2 cm breite Stücke schneiden. Den Schnittlauch in feine Röllchen schneiden. Die eingekochte Sauce mit Meerrettich, Salz, Cayenne, Zitronensaft und Wermut würzen. Saiblingsfilets und Schnittlauch in die schwach kochende Sauce geben und 3-4 Minuten garen. Vorsichtig in eine vorgewärmte Schale füllen, mit abgezupftem Dill dekorieren und warm servieren.

Pro Portion: 17 g E, 19 g F, 4 g KH = 250 Kalorien / 1047 kJ