



FEINHEIMISCH

Genuss aus Schleswig-Holstein e.V.

Rezept des Monats | September 2011

Filet vom Bachsaibling

aus der Fischzucht Reese, auf Salzauer Landpilzen mit Schnittlauchsoße

und kleinen Pellkartoffeln

vom Hotel Columbia, Travemünde



Zutaten für 4 Personen

4 Bachsaiblinge
aus der Fischzucht Reese
300g gemischte Salzauer Land-
pilze (Shiitake, Steinchampi-
gnons, Austernseitlinge)
1 Bund glatte Petersilie

Für den Fischfond

4 Saibling Karkassen (Gräten
ohne Kopf)
200ml Weißwein
1 kleine Zwiebel
80g Sellerie, geschält
50g Lauch (nur das Helle vom
Lauch)
50g Fenchel

Zubereitung

Die vier Bachsaiblinge werden filetiert. Die Karkassen mit dem klein geschnittenen Gemüse und 300ml kaltem Wasser in einem hohen Topf auf kleiner Stufe auf den Herd stellen und zum Sieden bringen. Beim Erhitzen darauf achten, dass der sich bildende Eiweißschaum immer wieder abgenommen wird. Nach ca. 10 Min. die Karkassen wieder aus dem Fond nehmen und den Fond dann auf ca. 250ml reduzieren lassen. Danach durch ein feines Sieb oder Tuch passieren Für die Soße den Sellerie und die Schalotten in kleine Würfel schneiden und in Butter anschwitzen. Diesen Ansatz mit Weißwein und Fischfond ablöschen und ca. um 1/3 einkochen lassen.

...weiter auf Seite 2

Danach mit der Sahne auffüllen und etwas Noilly Prat und Crème fraîche hinzugeben. Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Zucker abschmecken. Die Soße bei Bedarf abbinden und vor dem Anrichten mit klein geschnittenem Schnittlauch mixen.

Wasser mit Kümmel und Salz würzen und die gewaschenen Kartoffeln darin ca. 15-20 Min. weich kochen.

Die 8 Bachsaiblingfilets salzen, leicht mehlieren und in einer Teflon-Pfanne braten. Salzauer Landpilze in Butter anbraten und mit Cognac, Salz und Pfeffer würzen. Zum Schluss in feine Streifen geschnittene glatte Petersilie darüber streuen. Die gepellten Kartoffeln mit etwas Butter in einem Topf schwenken und mit den Kirschtomaten und den anderen Zutaten auf dem Teller anrichten.

Viel Spaß beim Nachkochen und guten Appetit!

Für die Soße

250ml Fischfond
Bund Schnittlauch
2 Schalotten
80g Sellerie, geschält
50g Crème fraîche
200ml Sahne
80ml Weißwein trocken
Noilly Prat
Butter
Salz, Pfeffer, Zucker

Beilagen

800g kleine Kartoffeln
12 kleine Kirschtomaten
Kümmel, ganz