

Gebratenes Saiblingsfilet

KRÄUTER &
FRÜHGEMÜSE

Hüttschader ^{Bio}
TONI BALDAUF, KIRCHDORF

Giner
GEMÜSE & OBST, HALL

FISCH

Scheffauer
LEO TRIXL, FIEBERBRUNN

mit Mairübe, Kohlrabi
und Bärlauch

Rezept von

MICHAEL GRAFL
Gasthaus Steinberg, Westendorf

Zutaten

für 4 Personen

2 STK. SAIBLINGSFILLET ENTGRÄTET
BÄRLAUCHÖL (ERSATZWEISE OLIVENÖL)
ZITRONE, SALZ, PFEFFER

4 STK. MAIRÜBE KLEIN
ETWAS BUTTER

2 STK. KOHLRABI
200 ML RAHM (SAHNE)
SALZ, PFEFFER

RINDSBRÜHE
ETWAS RAHM (SAHNE)
SALZ, PFEFFER, KÜMMEL GEMAHLEN
1 BUND BÄRLAUCH



① **Saibling**
Zubereitung

Am besten den Saibling bereits filetiert und entgrätet einkaufen. Die Filets in gleichmäßige Stücke portionieren.

In einer Pfanne etwas Bärlauchöl erhitzen. Den Saibling mit Salz, Pfeffer und Zitronenabrieb würzen und anschließend auf der Hautseite knusprig braten. Aus der Pfanne nehmen und warmstellen.

② **Gemüse**
Zubereitung

Die Mairüben gut waschen und vierteln. Wenn möglich das Grün dran lassen. Butter in einer Pfanne erhitzen und die Mairüben darin glasig angehen lassen und abschmecken (sollten noch Biss haben).

Den Kohlrabi schälen und in kleine Würfel schneiden. Mit dem Rahm zusammen weichkochen, abschmecken und fein pürieren.

Rindsbrühe und Rahm mit den Gewürzen aufkochen. Bärlauch in feine Streifen schneiden und begeben. Anschließend mit dem Stabmixer pürieren und abschmecken.

Weinempfehlung

WEISSBURGUNDER
Weingut Ploder-Rosenberg, Vulkanland *Bio*



POWERED BY

MEHR REZEPTE UNTER
WWW.KOCHART.TIROL

MIT UNTERSTÜTZUNG VON BUND, LAND UND EUROPÄISCHER UNION



Europäischer
Landwirtschaftsfonds für
die Entwicklung des
ländlichen Raumes.
Plus investiert Europa in
die ländlichen Gebiete

