

Saibling im Steinpilzmantel dazu Kartoffelmaronenpüree und Karotten-Lauch-Gemüse

 swrfernsehen.de/lecker-aufs-land/rezepte/swrrecipe-swr-570.html



KOCH/KÖCHIN

Catharina Lichtmanegger

Zutaten:

für den Fisch:

4 Saiblingsfilets
eine Hand voll getrockneter Steinpilze

für das Kartoffelmaronenpüree:

500 g Kartoffeln, mehlig
200 g Maronen (ohne Schale)
200 ml Sahne
50 g Butter
Salz & Pfeffer
Muskatnuss nach Geschmack

für das Karotten-Lauch-Gemüse:

8-10 Möhren
1 Stange Lauch
125 ml Sahne
Butter zum Anbraten
Salz & Pfeffer

Zubereitung:

Saiblinge:

Die Saiblingsfilets eventuell noch entgräten, trocken tupfen und mit Salz und Pfeffer würzen. Die getrockneten Steinpilze im Mixer zermahlen und die Filets darin beidseitig panieren. In einer Pfanne mit heißer Butter ca. 2 Minuten auf beiden Seiten anbraten.

Kartoffelmaronenpüree:

Kartoffeln und Maronen mehlig kochen. Zu den Kartoffeln und Maronen Sahne und Butter geben. Mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken und alles zu einem sämigen Püree verarbeiten.

Karotten-Lauch-Gemüse:

Möhren schälen und in Scheiben schneiden. Lauch putzen, klein schneiden und das Gemüse in Butter anbraten und mit Sahne ablöschen. Nach Geschmack mit Salz und Pfeffer würzen.