

Vroni | Bauernbrot mit Erbsenstampf und Saibling

Zutaten:

- 4 Scheiben Holzofenbrot, geröstet
- 4 frische Saiblingsfilets

Für Erbsenstampf:

- 300 g TK-Erbsen (optional frische Erbsen)
- Saft 1 Zitrone
- Zesten ½ Zitrone
- Zweige Petersilie
- 1 Zweig Minze
- Salz
- Pfeffer

Für die Marinade:

- 300 ml Essig
- 3 Zitronen (Saft und Zesten)
- 200 ml Wasser
- 2 EL Zucker
- 1 EL Olivenöl
- 1 TL Salz
- 1 TL frischgemahlener Pfeffer
- 2 kleine rote Zwiebeln

Außerdem:

- 100 g Feta
- Olivenöl
- Schnittlauch

Zubereitung:

Erbsen blanchieren, abkühlen lassen und mit einem Kartoffelstampfer grob durchstampfen. Mit gehackter Petersilie und Minze, sowie Zitronensaft, Salz, Pfeffer abschmecken. Auf den gerösteten Brotscheiben verteilen und den Feta darüber bröseln.

Saiblingsfilets von Haut und Gräten befreien und in der Mitte quer durchschneiden. Essig, Zitronensaft und Zesten, Wasser, Zucker, Salz, Pfeffer und Öl zu einer Marinade vermengen. Zwiebeln dünn hinein hobeln. Die Saiblingsfilets mit der Marinade bedecken und 20 - 30 Minuten ziehen lassen.

Geschnittenen Schnittlauch darüber streuen und zusammen mit dem Brot servieren.

Rezept: Veronika Lutz

Quelle: BR | Koch mal mit Vroni 24.03.2019