Nah&Frisch



Alfred Enne, Gasthaus Girrer | Professional

Gebratenes Saiblingsfilet

Hauptspeise | Fischgerichte

Zubereitung **Schwierigkeit:** ●●○○○ **Zeit:** **60 min.**

Saiblingsfilets salzen, mit Dijon Senf einstreichen. Zuerst mit Brösel, dann mit Mehl bestreuen. In einer Pfanne Öl erhitzen, den Fisch auf der Hautseite knusprig braten.

Für das Krenpüree die geschälten Kartoffeln in Salzwasser weich kochen, pürieren, mit Butter, Obers und Kren zu einer geschmeidigen Masse verarbeiten.

Das Fischfilet auf dem Krenpüree anrichten und mit Kürbiskernöl verzieren.

Zutaten

- 4 Saiblingsfilets (küchenfertig, entgrätet)
- Mehl, Semmelbrösel
- Salz, Dijon-Senf

- 400 g mehlige Kartoffeln
- 100 g Butter
- Salz, Muskat, Kren
- 30 g Obers
- Kernöl