

Zutaten für
4 Personen



Bachsaiblingsfilet mit Kartoffelstampf, Ackergemüse und Zitronen- Wildkräuter Fassbutter



ZUTATEN

4 Stk Bachsaiblingsfilet
a 180g zugeputzt
Kartoffeln 900 g
Milch 180 ml
Butter 60 g
Muskatnuss
Möhre
Petersilienwurzel
Brokkoli
Lauchzwiebel

Handvoll gemischt
(Spitzwegerich, Sauerampfer,
Pimpernelle, Sauerklee,
Brennesel, Kapuziner Blätter,
Blutampfer)
Fassbutter 150 g
Zitrone 1 ½ Stk.

ZUBEREITUNG

Die Kartoffeln schälen und in Salzwasser kochen bis sie weich sind. Das Gemüse waschen, putzen und vorbereiten. Von der Zitrone die Schale abreiben und den Saft auspressen. Die Kräuter waschen und sehr fein hacken. Von den Kartoffeln das Wasser abschütten und mit der Milch, Butter etwas Muskatnuss einen Kartoffelstampf herstellen. Das Saiblingsfilet mehlieren und in der heißen Pfanne mit etwas Öl anbraten von beiden Seiten, am Schluss würzen. Das Gemüse in etwas Gemüsebrühe, Butter, Zucker und Salz garkochen. Die kalte Fassbutter mit dem Zitronenabrieb, Saft und den Kräutern kurz aufkochen lassen, damit die Kräuter den Geschmack abgeben.

Den Stampf mit Hilfe eines Rings anrichten, Fisch darauf setzen und das Gemüse verteilen. Am Schluss noch die Zitronen Kräuter Butter darüber verteilen.

