

Bachsaibling mit Kürbis, Curry & Kresse



REZEPTE



ZUTATEN

4 Bachsaiblingfilets ohne Gräten
4 Scheiben Muskatkürbis ohne Schale 1 cm dick und rechteckig zugeschnitten (mit den Abschnitten kann man eine Suppe kochen.)
Currysauce
50 g klein gehackte Schalotten
20 g Butter
¼l Rindsuppe
1/8l Obers
1/8l Kokosmilch
1 TI Gelben Curry
etwas in kaltem Wasser angerührtes Maizena

ZUBEREITUNG

Schalotten in Butter hell anrösten, mit den Flüssigkeiten aufgießen, Curry hinein geben und 10 Minuten leicht köcheln lassen. Mit Maizena leicht binden. Mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.
Vor dem Anrichten mit einem Mixstab die Sauce schaumig aufschlagen.
Die Saiblingfilets mit Salz, Koriander aus der Mühle und Cayennepfeffer mild würzen.
Auf einen gebutterten Teller legen und mit Klarsichtfolie abdecken.
Im Backrohr bei 80° Grad glasig garen.
Den Kürbis in Butter mit frischem Rosmarin auf beiden Seiten anbraten, auf den Teller setzen.
2 Becher frische Kresse (Gartenkresse) zum darüber streuen.