



Sauer eingelegtes Felchen

Zutaten

für 6 Personen

- 6 Stck Felchenfilet
- 100 g Tapioka Mehl
- 60 ml Olivenöl
- 1 Stck Schalotte
- 1 Stck mittelgrosse Karotte
- 2 Stängel Staudensellerie
- 1 Stängel kleiner Lauch
- 1 Stck Knoblauchzehe
- 200 ml Fisch Fond oder Geflügelfond
- 200 ml Holunderblütenessig oder anderen Fruchtestig
- 100 ml Trockener Weisswein
- 2 Essl gehackte Petersilie Salz & Pfeffer

Zubereitung

Zwiebeln und Gemüse schälen und in Streifen schneiden. In etwas Olivenöl anrösten. Knobli und Lorbeer dazugeben. Mit Essig, Brühe und Wein ablöschen. Zur Seite stellen. Die Felchenfilet würzen und in Tapioka Mehl wenden. 50ml Olivenöl erhitzen und die Fische darin goldgelb anrösten. Nun die vorbereitete Beize über den Fisch gießen und für 30 Min marinieren, kann aber auch über Nacht in der Marinade liegen und am nächsten Tag auf einem Salat gegessen werden. Mit etwas Petersilie bestreuen.

Bei uns im The Alpina verfeinern wir noch mit etwas gemischtem Blatt und Kräutersalat.

