

**Fisch 1x1      13.05.2009**

Menü

Lachsforellentartar mit Orangen-Fenchelsalat



Räucherfelchensuppe mit Kräutern



Zanderfilet mit Rotweinbutter auf gebratenen  
Frühlingszwiebeln mit gestoßenen Kartoffeln



Weißkäsecreme mit Erdbeeren

## Rezepturen ( für 4 Personen)

### Lachsforellentartar mit Orangen-Fenchelsalat

Lachsforellenfilet	200	g
Zwiebel	20	g
Salatgurke	20	g
Sesamöl	3	Tropfen
Olivenöl	2	El
Salz, Pfeffer		

Zwiebelwürfelchen	10	g
Süßer Senf	1	TI
Balsamico hell	40	g
Sonnenblumenöl	40	g
Salz, Pfeffer		
Fenchel	200	g
Orangensaft	40	ml
Zucker	1	TI

#### Zubereitung:

Lachs, Zwiebeln und Gurke in kleine Würfel schneiden. Alles gut mischen und mit den restlichen Zutaten abschmecken.

Zwiebeln, süßer Senf und Balsamico gut mischen und das Sonnenblumenöl langsam einrühren. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Den Zucker karamelisieren, mit Orangensaft ablöschen, auf 1/3 einkochen und zu der Sauce einrühren. Nun den Fenchel hauchdünn aufschneiden und mit Orangen-Vinaigrette marinieren.

## Räucherfelchensuppe mit Kräutern

Räucherfelchen		
Zwiebelwürfel	½	Stk
Butter	20	g
Hühnerbrühe	500	ml
Sahne	300	ml
Mondamin		
Petersilie, Schnittlauch		

### **Zubereitung**

Zwiebel mit Butter glasig anschwitzen, mit Hühnerbrühe ablöschen und die Sahne dazugießen. Mit etwas Grundsuppe die Räucherfelchen mixen. Vor dem servieren zusammengießen, nochmal durchkochen und mit Mondamin binden. Mit Kräutern bestreuen.

## Zanderfilet mit Rotweinbutter auf gebratenen Frühlingszwiebeln mit gestoßenen Kartoffeln

Zanderfilet	600 g
Rotwein	200 ml
Portwein rot	100 ml
Zwiebel gewürfelt	½ Stk
Butter	100 g
Salz, Pfeffer	
Frühlingszwiebeln	20 Stk
Kartoffeln	400 g
Zwiebelwürfelchen	
Olivenöl	

### Zubereitung:

Bei den Zanderfilets mit einer feinen Zange die Gräten ziehen. Rotwein, Portwein und Zwiebel auf einen Drittel reduzieren, mit Butter aufmontieren und abschmecken. Die Kartoffeln in der Schale kochen, pellen. Die Zwiebel in reichlich Olivenöl andünsten, über die Kartoffeln geben, zerstoßen und abschmecken. Zanderfilet würzen, Hautseite mehlieren und kross braten. Gleichzeitig die Frühlingszwiebeln in Olivenöl langsam anbraten und leicht würzen.

## Weißkäsecreme mit Erdbeeren (10 Portionen)

Quark	300gr
Zucker	100gr
Eiklar	5 St.
Sahne	300gr
Vanille, geriebene Zitronenschale	

### Zubereitung

Die Eiklar mit dem Zucker und der Zitronenschale steif schlagen, den Quark mit der Vanille glatt rühren, das Eiweiß unter den Quark heben, die geschlagene Sahne zum Schluss unterheben, die Masse in ein Tuch geben und in einem Sieb mit Schüssel kaltstellen

Die ganzen Erdbeeren im stehenden Wasser waschen, vierteln, mit Zucker , Zitronensaft und gehackter Minze marinieren.