

Fein gefüllter Bachsaibling mit Grünkern auf Peperonisoße

Zutaten für 6 Personen:

4 Bachsaiblinge
100g Grünkern
½ Zwiebel
1dl Sahne
Gemüsebrühe
Kerbel, Petersilie, Dill und Estragon
Salz, Pfeffer, Zitrone
2cl Nolly Prat oder ein anderer trockener Vermouth
Butter

Für die Soße:

Je 1 Stck. gelbe, rote, grüne Peperoni
1 Zwiebel,
Gemüsebrühe
100 g Butter

Zubereitung:

Die Saiblinge filetieren und bei 2 Filets die Haut entfernen. Die 6 Filets mit der Haut auf der Unterseite auf einem Arbeitsbrett auslegen.

Die beiden von der Haut entfernten Filets in feine Würfel schneiden mit Salz, Pfeffer und Zitrone würzen, in die Moulinette geben und mit Sahne zu einer feinen, glatten Farce verarbeiten.

Vermouth und die fein gehackten Kräuter untermischen. Die 6 Saiblingfilets mit der Farce bestreichen und einrollen und in einer gebutterten Sauteuce in Form bringen und abgedeckt bei ca. 180°, ca. 12 Minuten im Ofen garen.

In der Zwischenzeit für die Soßen die Peperoni (nach Farbe trennen) mit etwas Zwiebel anschwitzen Brühe aufgießen, weichkochen und mit dem Stabmixer zu Soße verarbeiten. Die Soßen mit Salz und Pfeffer abschmecken und mit Butter aufmontieren.

Für den Grünkern die ½ Zwiebel anschwitzen, den eingeweichten Grünkern dazugeben und mit Brühe ca. 30 Minuten weichkochen.

Die bunten Soßen gefällig auf einen Teller bringen und die Saiblingfilets auf den Grünkern anrichten und mit ein paar Kräutern garnieren.