

Rezept

# Fisch mit Gurkensauce

Ein Rezept von Fisch mit Gurkensauce, am 22.09.2023

## Zutaten

<b>100 ml</b> Fischfond (ersatzweise Gemüsebrühe, Instant)	<b>1 EL</b> Crème fraîche
<b>1 EL</b> gehackter Dill (frisch oder TK)	<b>1 Stück</b> Salatgurke (ca. 5 cm)
<b>200 g</b> TK-Fischfilet (z. B. Seelachs, aufgetaut)	Salz
Pfeffer	

## Rezeptinfos

**Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 235 kcal

## Zubereitung

1. Fischfond und Crème fraîche in einer mittelgroßen Pfanne erhitzen und 3 Min. bei starker Hitze einkochen lassen. Dill unterrühren.

---

2. Inzwischen die Gurke schälen und längs halbieren, die Kerne herausschaben, das Fruchtfleisch in ganz kleine Würfelchen schneiden.

---

3. Das Fischfilet kalt abspülen, mit Küchenpapier trocken tupfen, salzen und pfeffern. In die Sauce legen und die Gurkenwürfelchen darum herum verteilen. In 5 Min. zugedeckt bei schwacher Hitze gar ziehen lassen, dabei einmal vorsichtig wenden. Dazu schmeckt Reis.