Rezept

Graved Saibling

Ein Rezept von Graved Saibling, am 18.04.2024

Zutaten

1	größerer Saibling (etwa 420 g) oder 2 Saiblingfilets mit Haut (etwa 310 g)
2 TL	Pfefferkörner
	gut 1/2 EL Zucker
1	Frühlingszwiebel
	1/2 EL scharfer Senf (z. B. Dijon)
1 TL	Honig
	Salz
1 Bund	Basilikum
1	größeres Stück Bio-Zitronenschale
	gut 1 EL Salz
	1/4 Bund Basilikum
1 EL	körniger Senf
1 EL	Weißweinessig
3 EL	Öl

Rezeptinfos

Portionsgröße Reicht für 4 als Vorspeise: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 225 kcal

Zubereitung

1. Ganzen Saibling waschen und filetieren oder die Filets kurz trockentupfen. Gräten aufspüren und rausziehen.

2. Die Basilikumblättchen abzupfen und mit der Zitronenschale und dem Pfeffer grob hacken. Salz und Zucker mischen und auf die fleischige Seite von den Fischfilets streuen, die Kräutermischung auch darauf geben.

3. Die Filets mit der Hautseite nach außen zusammenklappen, in eine Porzellanform legen. Ein Stück Klarsichtfolie darüber decken und ein Brett auf den Fisch legen. Einen Stein oder ein schweres Gefäß aufs Brett legen und die Form in den Kühlschrank stellen. Den Fisch 24-36 Stunden marinieren. So alle halben Tage das Fischpäckchen einmal wenden, wieder zudecken, beschweren und weiter marinieren lassen.

4. Nach der Marinierzeit für die Sauce die Basilikumblättchen abzupfen und sehr fein hacken. Wurzelbüschel und welke Teile von der Frühlingszwiebel abschneiden, Zwiebel waschen und sehr fein hacken. Beide Senfsorten mit Essig und Honig verrühren. Das Öl und 1 EL Wasser nach und nach unterschlagen, die Sauce salzen. Basilikum und Zwiebel unterrühren.

5. Fisch abdecken, die Filets mit der Fleischseite nach oben auf das Küchenbrett legen. Ein sehr scharfes biegsames Messer leicht schräg ansetzen und das Fischfleisch in ganz dünnen Scheiben von der Haut abschneiden. Auf einer Platte anrichten. Flüssigkeit aus der Form unter die Sauce rühren. Sauce zum Fisch stellen.