Rezept

Paté vom Hecht

Ein Rezept von Paté vom Hecht, am 12.10.2024

Zutaten

400 g	Hechtfilet
	Pfeffer
200 g	kalte Sahne
2 TL	Butter + Butter für die Form
2	Stängel zarte Petersilie
1	gut gekühltes Eiweiß
	Salat- oder Rucolablätter
6 EL	Olivenöl
	Pfeffer
	Salz
2 Scheiben	Weißbrot (etwa 40 g)
2	Frühlingszwiebeln
	1/2 Bio-Zitrone
2	Blättchen Minze
	geriebene Muskatnuss
2 EL	Zitronensaft
	Salz

Rezeptinfos

Portionsgröße Zutaten für 6-8 Personen: | **Schwierigkeitsgrad** mittel | **Zeit** Zubereitung: 30 bis 60 min Dauer: mehr als 90 min | **Pro Portion** Ca. 225 kcal

Zubereitung

1. Das Hechtfilet von Gräten befreien, würfeln, salzen und pfeffern, in den Kühlschrank stellen. Brot entrinden, würfeln und mit der Sahne mischen. Kühl stellen. Frühlingszwiebeln waschen, putzen und mit dem zarten Grün sehr fein hacken. In der Butter unter Rühren 2-3 Min. braten.

2. Die Zitronenhälfte heiß waschen und abtrocknen, die Hälfte der Schale fein abreiben. Petersilie und Minze waschen und trocken schütteln. Die Blättchen fein hacken.

3. Den Backofen auf 150° vorheizen. Eine längliche Terrinen- oder Kastenform (gut 1 l Inhalt) mit Butter ausstreichen. Die Fischwürfel mit dem eingeweichten Brot samt Sahne fein pürieren (nicht zu lange!). Das Eiweiß unterarbeiten. Frühlingszwiebeln, Zitronenschale und Kräuter mit Salz, Pfeffer und Muskat untermischen.

4. Die Masse in die Form füllen und glatt streichen. Eine ofenfeste Form mit heißem Wasser füllen und die Form mit der Paté hineinsetzen. Mit Alufolie abdecken (glänzende Seite nach unten) und die Paté im Ofen (Mitte, Umluft 130°) etwa 1 Std. garen. Abkühlen lassen und mindestens 2 Std. kühl stellen.

5. Zum Servieren die Salatblätter waschen und trocken schütteln. Teller damit garnieren. Zitronensaft mit Olivenöl zu einer cremigen Sauce verschlagen, salzen und pfeffern. Die Terrine stürzen und in Scheiben schneiden. Auf dem Salat anrichten und mit etwas Sauce beträufeln.