

Rezept

Sardinenmousse

Ein Rezept von Sardinenmousse, am 19.04.2024

Zutaten

1 Bund Basilikum	1/2 Zitrone
1 Dose Ölsardinen (125 g)	1 EL Kapern
1 EL Rapsöl	Salz
Pfeffer	

Rezeptinfos

Portionsgröße Für 2 Portionen | **Schwierigkeitsgrad** leicht | **Zeit** Zubereitung: unter 30 min Dauer: unter 30 min | **Pro Portion** Ca. 195 kcal

Zubereitung

1. Das Basilikum waschen, trocken schütteln und die Blättchen abzupfen. Die Zitrone waschen, die Schale dünn abreiben, den Saft auspressen.
2. Die Sardinen abtropfen lassen, Öl auffangen. Gräten und Schwanzflossen, wenn vorhanden, entfernen. Das Fischfleisch mit Basilikum, Zitronenschale, 1 EL Zitronensaft und den Kapern in der Küchenmaschine pürieren. Dabei das Sardinenöl und zusätzlich 1 EL Rapsöl dazugeben, sodass eine cremige Konsistenz entsteht.
3. Die Mousse mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft würzen.