

Feine Rezepte selbst gemacht!



Ein Fisch aus
Österreich
ein Lebenlang.



ALPENLÄCHS®



Alpenlachs Fischsülzchen

Meine feinen Zutaten:

Diverse bunte Gemüse, gut weich gekocht
(z.B. Zucchini, Karottenstückchen, Lauch)

900 ml klarer Fischfonds

1 Stk frisches Fischfilet, ohne Haut, in
längliche Streifen geschnitten

1 Pkg Gelatineblätter (lt. Pkg für 11 Flüssigkeit)
Salz & Pfeffer

1 Terrinenform oder Schüssel, Klarsichtfolie
Frische Kräuter oder Salat zum Anrichten
Essig & Öl

Ich reibe die Terrinenform mit Öl ein und lege sie mit Klarsichtfolie aus, so lässt sich die fertige Sulz leicht als Ganzes herausnehmen. Die Fischfilets lege ich in eine trockene Pfanne und begieße sie mit ein wenig Fischfond. Nachdem ich sie erhitzt habe lasse ich sie etwa 5 Minuten durchziehen und nehme die Pfanne vom Feuer. Die Fischfilets hebe ich heraus und lege sie bei Seite.

Die Gelatineblätter weiche ich ein paar Minuten im kalten Wasser ein, drücke sie aus und löse sie im warmen Fischfond auf. Dazu gebe ich den restlichen Fischfonds, den ich, vor allem mit Salz, etwas stärker als gewöhnlich würze.

Dann schichte ich das Gemüse und die Fischteile in die Terrinenform, beginnend z.B. mit Zucchinis Scheiben – was zu unterst liegt erscheint in der fertigen Terrine dann oben auf. Dann gieße ich die Suppe darauf, so dass alles bedeckt ist und stelle es, am besten über Nacht, in den Kühlschrank.

Am nächsten Tag stürze ich die Terrine aus der Form. Ein scharfes Messer halte ich kurz unter heißes Wasser, so lässt sich die Sulz besser schneiden, und schneide die Sulz in Scheiben und richte sie z.B. auf Salat an.

Weitere Rezepte finden Sie auf www.alpenlachs.at