

# Toskanischer Fischsalat



Vorspeise für 4 - 6 Personen

## Einkaufsliste

- 600 g Seeteufel-Filet am Stück
- 1 Zitrone
- Salz, Pfeffer, Dill
- wenig Butter
- 1 gelbe Peperone
- 1 rote Peperone
- 1 kleiner Zuchetto
- 1 - 2 rote Zwiebeln
- Olivenöl
- 1 - 2 Hand voll Rucolasalat oder Salat nach Wahl

## Vorbereiten

- Fischfilet mit wenig Zitronensaft, Salz und Pfeffer und ev. etwas Dill nach belieben würzen.
- Eine ungelochte Schale buttern und den Fisch im Dampfgarer bei 90°C 12 - 15 Minuten garen, anschliessend auskühlen lassen.
- Peperoni und Zuchetto in 5mm kleine Würfel schneiden
- Zwiebel halbieren und in Streifen von 1mm schneiden
- Salat waschen und trocken schleudern

## Zubereiten

- In Würfel geschnittenes Gemüse und in Streifen geschnittene Zwiebel im Dampfgarer bei 100°C 1-2 Minuten blanchieren. Abkühlen lassen
- 1 dl Olivenöl nach Wahl mit dem restlichen Zitronensaft, Salz und Pfeffer mischen und mit dem Schneebesen oder Stabmixer gut vermischen
- Fischfilet in Würfel schneiden, mit dem Gemüse und der Sauce vermischen und etwas ziehen lassen.
- Salat auf dem Teller verteilen und den Fischsalat darüber servieren
- Dazu passen hervorragend Crostini mit einem Baguett Brot, welches mit verschiedenen Zutaten wie Oliven, Kräuterpaste usw. belegt werden kann.