

Felchen garniert mit Trockenreis



Vorspeise für 4 Personen

Einkaufsliste

- 4 Felchenfilets
- Salz
- Pfeffer
- Fischgewürz mit Dill
- Mehl
- Worcester - Sauce
- 1 Zitrone
- Olivenöl
- 1 dl Weisswein
- 50 g Butter
- 100 g Champignons
- 1-2 Tomaten oder
- 1 Pelatibüchse
à ca. 200g
- 30 g Kapern
- 1 Bund Peterli
- 150 g Trockenreis
- Bouillon
- Currypulver oder
Curryfertigsauce

Vorbereiten

Marinade für Felchen:

Saft von 1/2 Zitrone, wenige Tropfen Worcester - Sauce, Salz, Pfeffer und Fischgewürz gut miteinander vermischen und die Felchen damit marinieren und auf einen Teller legen.

Champignons in ca. 1mm breite Streifen blättrig schneiden

Tomaten in Würfel schneiden oder im Winter Pelatibüchse verwenden

Peterli fein hacken

Zubereiten

Bratpfanne mit wenig Olivenöl auf 160° erhitzen

Felchen im Mehl wenden und nach Müllerinart auf beiden Seiten braten

Fische in eine leicht gebutterte Schale in die Wärme stellen

In die Bratpfanne wo vorher die Fische gebraten wurde 50 g Butter leicht anbräunen.

Geschnittene Champignons, Kapern und den gehackten Peterli dazugeben, mit Salz und Pfeffer abschmecken und gut andämpfen.

Mit 1 dl Weisswein ablöschen und gewürfelte Tomaten dazugeben.

Ev. noch mit Salz und Pfeffer oder Gewürz nach Wahl abschmecken und die Flüssigkeit leicht einkochen lassen.

Die Masse ohne Flüssigkeit auf die Fische verteilen und warm halten

Sud aufkochen, mit ca. 1 dl Bouillon strecken, Currypulver oder

1 dl Curryfertigsauce dazugeben und abschmecken nach belieben.

Auf vorgewärmten Teller Reis servieren, Saucenspiegel machen und Fisch mit Beilage auf Saucenspiegel verteilen.

Nach belieben mit Peterlie garnieren und servieren.