

„Silvia kocht“ - wochentags um 14.00 Uhr in ORF 2

Fotocredit: Simeon Baker



Saibling in saor

Zutaten

(4 Personen)

Für den Saibling

- 4 Saiblingsfilets
- 2 Zitronen
- Meersalz

Für die Zwiebel

- 5 weiße Zwiebel
 - 50 g Rosinen
 - 50 g geröstete Pinienkerne
 - trockener Weißwein
 - weißer Balsamicoessig
 - Olivenöl
 - Salz
 - Pfeffer
-
- Rucola
 - geröstete Weißbrotscheiben

Zubereitung

Zwiebel:

Die Zwiebel in feine Ringe schneiden und in einem Topf in wenig Olivenöl ca. 5 Minuten ohne Farbe angehen lassen. Die Rosinen und Pinienkerne dazugeben und mit Weißwein und Essig ablöschen.

Nochmals ca. 5 Minuten bei kleiner Flamme dünsten lassen. Kräftig abschmecken.

Saibling:

Die Saiblingsfilets entgräten, in kleine portionierte Stücke schneiden und mit etwas Salz würzen. Nun in Olivenöl auf der Hautseite anbraten, auf ein flaches Blech legen und mit Zitronensaft beträufeln. Die Zwiebeln darauf verteilen und mind. 3 Stunden durchziehen lassen

Am Schluss den Saibling auf den Weißbrotscheiben mit etwas Rucola servieren.