

Jura-Saibling auf Fenchelsalat mit kandierten Zitronenwürfel und Gewürzmischung

Jura-Saibling

500 gr Jura-Saiblingsfilet
Butter, Salz, Pfeffer

Die Jura-Saiblingsfilets in 5 gleiche Stücke portionieren. Die Filets salzen, pfeffern und auf einem gebuttertem Blech, im vorgeheizten Backofen bei 150 Grad ca. 5 Minuten garen.

Fenchelsalat

3 Stück Fenchel
Sahne, weißer Balsamico
Olivenöl, Salz und Pfeffer, Chiliöl

Den Fenchel putzen und die Reste in einen Topf geben. Mit Sahne bedecken, aufkochen und ziehen lassen. Den geputzten Fenchel mit Hilfe einer Reibe dünn aufschneiden. Die Fenchelsahne durch ein Sieb in eine Schüssel passieren. Die Fenchelscheiben im gesalzenen, kochenden Wasser mit Biss blanchieren und in ein Sieb abgießen und in eine Schüssel geben. Nun den Fenchel mit der Fenchelsahne, Salz, Pfeffer, Chiliöl, weißen Balsamico, Olivenöl und den kandierten Zitronenwürfel abschmecken. Zum Schluss etwas fein geschnittenes Fenchelgrün zugeben.

kandierte Zitronenwürfel

2 Zitronen
Vanilleschote, Zucker

Die Schale der Zitrone mit der weißen Haut herunterschneiden. Jetzt in feine Würfel schneiden und in einen Topf geben. Mit kaltem Wasser auffüllen, aufkochen und auf ein Sieb schütten. Diesen Vorgang 4 mal wiederholen. Die Zitrone auspressen. In einen Topf einen Teil Zitronensaft, zwei Teile Zucker, drei Teile Wasser und etwas Vanilleschote zugeben. Alles zusammen aufkochen und darin die gekochten Zitronenwürfel einlegen.