Fischfondue mit Sahnefond

Sonstige Gerichte » Fondue

Zutaten (4 Personen)

» 1 Limette(n)
» 2 rote Chilischote(n)
» 200g Salatmayonnaise
» 50g Joghurt (natur)
» Salz & Pfeffer
» 250g Heilbuttfilet(s)
» 250g Lachsfilet(s)
» 250g Seeteufelfilet(s)
» 250g Schellfischfilet(s)
» 2 EL Zitronensaft
» 3 Möhre(n)
» 3 Stangen Staudensellerie
» 1 Stange Porree
» 2 EL Butter/Margarine
» 2l Fischfond
» 150g Schmand
» 1 EL geh. Dill

Bewertung

Beschaffung
guten Supermarkt

Kosten
16-20€

Zubereitungszeit
31-60min

Zubereitung

1. Für die Chili-Mayonnaise die Limette waschen, trockentupfen. Die Schale mit einem Zestenreißer in feine Streifen abziehen, etwas davon beiseite stellen. Saft auspressen. Chilis waschen, putzen und würfeln. Ebenfalls etwas davon beiseite stellen. Mayonnaise mit Joghurt, 2EL Limettensaft, 2EL -schale, Chili, Salz und Pfeffer verrühren. Mit übriger Schale, restlichem Chili garnieren.

2. Fisch abbrausen, trockentupfen, in mundgerechte Stücke schneiden und auf einer Platte anrichten. Mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft aromatisieren. Evtl. mit Dill und Limette garnieren. Gemüse waschen, putzen. Möhren schälen, wie den Sellerie in Scheiben teilen, Porree in Ringe schneiden.

3. Butter im Fonduetopf erhitzen, das Gemüse darin andünsten. Fischfond angießen, aufkochen. Vom Herd nehmen, Schmand und Dill einrühren. Den Fond auf dem Rechaud heiß halten. Den Fisch auf Gabeln spießen, im Fond garen und mit der Mayonnaise genießen. Gemüse mit Fonduesieben herausheben.

Nährwerte: 520kcal/E25g/F40g/KH16g pro Portion

angelegt am: 05.03.2005 Rezept-Nr: 1612

Die Rezept-Datenbank - http://www.Rezept-Insel.de - ©2024 M.Hennicke