

Bachsaiblingsfilet in Flußkrebssauce



www.groebenhof.at

Zutaten: (ca. 6 Personen)

- 12 Bachsaiblingsfilets mit Haut (a 90g-100g)
- Zitronensaft
- Salz
- Weißwein
- ca.30 Flußkrebse je nach Größe

zum kochen der Krebse

- 1 Zwiebel
- etwas Kümmel,
- Pfefferkörner, Lorbeerblatt,
- Salz

für die Flußkrebssauce

- Olivenöl zum anbraten
- 1 Karotte
- 1 Stück Lauch
- 1 Stück Sellerie
- 1 Eßl. Tomatenmark
- 4 cl Weinbrand
- Pfefferkörner, Wacholderbeeren, Basilikum
- Lorbeerblatt, Thymian, Rosmarin
- Petersilienstengel,
- 1/4 l Rahm
- 1 Eßl. Creme fraich

Zubereitung:

Zum Kochen der Krebse einen Topf mit ausreichend Wasser zum Kochen bringen. Die Zwiebel halbieren, mit den Gewürzen und den Krebsen ins

kochende Wasser geben, aufkochen und dann 5 Minuten ziehen lassen. Die Krebse in kaltem Wasser abschrecken.

Die ausgekühlten Krebse ausbrechen, sollten es größere Krebse sein, lohnt es sich auch die Scheren auszubrechen (6 Krebsnasen mit Scheren für die Garnitur überlassen). Das Krebsfleisch beiseite stellen. Für die Sauce die Krebskarkassen in heißem Öl anbraten. Die Gemüse in Würfel schneiden, dazugeben und mit anrösten. Mit dem Weinbrand ablöschen und flambieren. Das Tomatenmark und die Gewürze zugeben und mit Wasser knapp bedecken. Den Krebsfond bei leichter Hitze 1 Stunde köcheln. Durch ein feines Sieb passieren. Den Fond erneut reduzieren lassen. Den Rahm und die Creme fraich zugeben und abschmecken.

Die Saiblingsfilets mit Zitrone und Salz würzen und mit dem Weißwein in eine feuerfeste Form geben. Die Hautseite sollte nach oben schauen. Bei 150°C im Backrohr garen. Die Haut vorsichtig abziehen.

Das Krebsfleisch in der Sauce warm machen und auf Tellern anrichten. Die Saiblingsfilets auf der Sauce anrichten und mit einer Krebsnase garnieren. Als Gemüse passen feingeschnittene Gemüsestreifen (Karotte, Lauch, Sellerie) und Petersilienkartoffeln sehr gut zu diesem Gericht.