

Saiblingsfilet in Limettenbutter

Los geht's!

Frische Filets des Saiblings waschen, kurz abtropfen lassen und mit Limettensaft beträufeln. Falls keine Limette zur Verfügung steht kann auch Zitrone verwendet werden. Salzen und pfeffern.

Olivenöl in einer antihafbeschichteten Pfanne erhitzen und die Saiblingsfilets darin auf der Hautseite anbraten. Hitze nach 2 Minuten etwas reduzieren und nach ca. 3 Minuten die Butter mit dazu geben. Die Filets immer wieder etwas in der Pfanne bewegen, damit die Haut nicht kleben bleibt.

In der Zwischenzeit die Salate waschen und auf ein Küchentrepp legen. Nach dem Abtrocknen auf dem Tellerrand platzieren in farbllichem Arrangement.

Nach ca. 10 bis 12 Minuten sollte das Saiblingsfilet gar sein (man erkennt es an der weißlichen Eiweißfärbung) und kann angerichtet werden.

Das Baguette schräg in Stücke schneiden.

Guten Appetit!

 Zutaten für 2 Personen

 Zeit: 30 Minuten



Zutaten:

- 1 Saibling filetiert
- 1 Limette (oder Zitrone)
- Salz, Pfeffer
- 1 Baguette
- verschiedene Blattsalate der Saison
- 1 Schuss Olivenöl
- 20 g Butter zum Verfeinern

Notizen:

Hinweis

Wer möchte kann sein Baguette in Scheiben schneiden und kurz im Öl-Butter-Rest der Pfanne bräunen. Schmeckt wunderbar!

Wie hat's geschmeckt?

