Gekochte seebarschfilets mit gemüse und kartoffelbrei

Categoria	Tempo de preparação	Dificuldade	Custo	Com quem?	Nº de pessoas
Peixe	Médio	Médio	Auswählen	Mit Freunden	4 pessoas

Ingredientes

- 100ml Gallo Olivenöl Reserva
- 20ml Gallo Weißweinessig
- 4 Einheiten seebarsch (jeweils +/- 400g)
- 460g Kochfeste kartoffeln
- 80g Zwiebel
- 40g Geraspelte karotten
- Ingwer nach Belieben
- Zitrone nach Belieben
- 100ml Weißwein

Modo de preparação

1. Das Gemüse, die Hälfte des Olivenöls und den Weißweinessig, den Weißwein und den Zitronensaft in eine backofenfeste Form legen.
2. Die Seebarschfilets darauf anordnen und mit Backpapier abdecken.
3. Im Ofen bei 150°C für 25 Minuten backen.
4. Die ungeschälten Kartoffeln kochen, danach schälen und mit einer Gabel zerdrücken und das restliche Olivenöl hinzugeben.
5. Kleine Nocken vom Kartoffelbrei formen und den Seebarschfilets darauflegen. Mit der Soße vom Fisch übergießen.

Produtos utilizados

Reserva

Natives Olivenöl Extra

Weißweinessig

Essige Täglich

Mais receitas em

www.galloportugal.com

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide