



Rezept Nr 1

Jungfrau-Egli-Filets «Tinos Klassiker» als Vorspeise

Zutaten

- 250 g Jungfrau-Egli-Filets (1 Päckli)
- 1 Bio-Zitrone ausgepresst und Zitronenschale gerieben (Zeste)
- 50 g Butter
- 1 dl Weisswein
- Kräutersalz
- Pfeffer
- getrockneter Dill
- 80 g Mandelblättchen
- 4 Zitronen-Schnitze zum garnieren

Vor- und Zubereitung

Die Eglifilets mit Kräutersalz und Pfeffer würzen.

Die Bratpfanne leicht erwärmen und Mandelblättchen hinzufügen. Unter ständigem Rühren langsam goldbraun rösten, aus der Pfanne nehmen und auf einen kleinen Teller geben.

Die Filets zuerst mit der Haut nach unten in die heisse Butter legen, ca 2–3 Minuten braten. Wenden, bis sie etwas braun sind. Mit Weisswein ablöschen, nun folgt der Zitronensaft, die Zesten und der getrocknete Dill.

Eglifilets auf einem Teller anrichten, mit Mandelblättchen und einem Zitronen-Schnitz garnieren.

E Guete

Rezept von Tino (Martin Alexander Moser), Interlaken

