

Salzhering trifft Sardelle	
Rezept für	6 Personen
Zeitaufwand	ca. 10 Minuten
Zutaten	Und so wird's gemacht
6 Salzheringe, ohne Köpfe	Salzheringe abziehen, filetieren und über Nacht in Milch einlegen.
18 Sardellenfilets	Sardellenfilets wässern und abtropfen lassen.
150 g Butter	Die Heringsfilets in gleichmäßige Rechtecke schneiden.
2 Eigelb	Die Reste mit den Sardellen pürieren oder fein hacken. 2/3 der Butter zur Sardellenmischung geben, dann mit Eigelb, Kräuter und Cayennepfeffer gründlich vermischen.
1 El. Petersilie, gehackt	
1 El. Kerbel, gehackt	Die Heringsfiletrechtecke flach ausbreiten und mit Füllung bedecken.
1 El. Fenchelkraut, gehackt	
Cayennepfeffer	Aufrollen und dicht beieinander in eine mit Butter ausgestrichene Auflaufform legen. Mit Semmelbröseln bestreuen, die restliche Butter zerlassen und über die aufgerollten Filets träufeln.
5 El. Semmelbrösel	
2 El. Zitronensaft	Im vorgeheizten Backofen bei 200 Grad (Umluft 180 Grad) etwa 18 Minuten backen, bis die Oberfläche goldbraun ist.
	Vor dem Servieren den Zitronensaft über den Fisch gießen.

Seite drucken

Fenster schließen