



AEG

Gedämpfter Seesaibling mit Rahmgnocchi & Blattspinat

4 Portionen | Leicht | 30min |

1 Seesaiblingsfilet ca. 600-800g
400g Gnocchi frisch oder TK
50-100g frischer Blattspinat je nach Geschmack
125g Creme Fraiche
1/8l Obers
Pinienkerne, Cherrytomaten,
Salz, Pfeffer, Thymian, Portwein, Olivenöl, Butter

Den Saibling mit feuchtem Küchenpapier etwas abtupfen- Gräten zupfen, portionieren und zuputzen- auf ein Blech mit etwas Olivenöl oder Butter setzen und mit Salz, Pfeffer, Thymian würzen. Der Fisch braucht im Schnitt bei Vitaldampf (96C° oder 99C°) 5-8 min je nach dicke der Filets. Wer den Fisch glasig möchte dreht die Temperatur auf 80C° runter, dann bleibt er noch saftiger.

Gnocchi frisch in ein passendes GN Blech mit etwas Portwein, Schalgängern, Gemüse, Öl oder Butter geben- je nach den ob frisch oder tiefgekühlt 15-20 min bei Vitaldampf (96C° oder 99C°) Anschließend den frischen Blattspinat dazu nachschmecken und durchrühren.

Notizen:



Markus Grillenberger | Kochkurse | Foodstyle
office@markusgrillenberger.com | +43 664 /52 98 661 | www.markusgrillenberger.com

köstlich
unterhaltsam.