

GEDÄMPFTES WALLERFILET AUF WURZELGEMÜSE



ZUTATEN:

- 700g Wallerfilet
- Salz, Pfeffer, etwas Olivenöl
- 800g Wurzelgemüse
- Salz, Pfeffer, Weißwein, Lorbeerblätter, Gemüsebrühe
- 600g Kartoffel geschält, gekocht
- Petersilie gehackt
- 50g Butter
- 4EL Krenn gerieben

ZUBEREITUNG

- Wallerfilet mit Salz und Pfeffer kräftig würzen.
- Das Wurzelgemüse in julienne schneiden (feine Streifen).
- Mit Salz, Weißwein, Gemüsebrühe, Pfefferkörner und Lorbeerblatt marinieren.
- Eine Form mit dem Olivenöl auspinseln und das Gemüse verteilen.
- Die Fischfilets daraufsetzen.
- Im Dampfgarer bei 90 C° ca. 15 Minuten dämpfen.
- Die Kartoffel mit etwas Salz, Butter und gehackter Petersilie anschwelen.
- Das gedämpfte Wallerfilet mit den Kartoffel auf ein Teller anrichten, das Gemüse darauf verteilen und mit geriebenen Krenn bestreuen.



**Guten Appetit wünscht
Martin Thaller**