

Zutatenliste

Fischfilet mit Zwieback-Kruste und Orangen-Sahne-Sauce

Anzahl	Einheit	Zutat
4	Scheiben	Der Markenzwieback
700.00	Gramm	Fischfilet
4.00		Orangen
1.00	EL	Zitronensaft
70.00	Gramm	Butter
1.00	Becher	Schlagsahne
0.00		Cayennepfeffer, Salz, Pfeffer

Zubereitung

Fischfilets abspülen, trocken tupfen, mit etwas Orangensaft und Zitronensaft beträufeln und ca. 15 Minuten ziehen lassen. Die Zwiebäcke fein zerdrücken. Die Fischfilets salzen und pfeffern, in den Zwiebackbröseln wenden und in Butter auf beiden Seiten braun braten. Warm stellen. Den Bratensatz mit dem restlichen Orangensaft loskochen, durchsieben und mit der Sahne vermischt in einigen Minuten bei starker Hitze leicht cremig einkochen. Die restliche Butter einschwenken, die Sauce pikant mit Salz und Cayennepfeffer würzen und getrennt zum Fisch reichen. Dazu Kopfsalat und Butter- oder Petersilienkartoffel servieren.