



ZANDERFILET IN PAPRIKARAHMSAUCE (QSB)



QimiQ AVANTAGES

- Consistance onctueuse en un tour de main
- Sans gluten



15



simplement

INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS

600 g Filet de sandre

Jus d'un citron

Sel

1 cs Huile d'olive

FÜR DIE SAUCE

1 Oignon(s), finement hachées

1 cc Huile d'olive

400 g Poivron rouge, coupé en petits dés

200 ml Bouillon de légumes

Sel

Poivre de Cayenne

Feuille de laurier

125 g QimiQ Sauce Base

PRÉPARATION

1. Zanderfilets mit Zitronensaft und Salz würzen und ziehen lassen.
2. Für die Sauce Zwiebel in Öl glasig dünsten. Paprika dazugeben und kurz mitdünsten. Suppe aufgießen, Gewürze dazugeben und kochen, bis der Paprika weich ist. Lorbeerblatt entfernen.
3. Mit einem Stabmixer pürieren, QimiQ Saucenbasis einrühren und bis zur gewünschten Sämigkeit weiterköcheln lassen.
4. Zanderfilets abtupfen, in Öl beidseits kurz braten und zur Paprikarahmsauce servieren.