

BARSCHFILET MIT LAUCHSTREIFEN IN SAFRANSAUCE

QimiQ AVANTAGES

- 100 % naturelle, sans conservateurs, additifs et émulsifiants
- Stable à l'alcool, à la chaleur et aux acides
- Consistance agréablement crémeuse avec moins de matières grasses





15

simplement

Conseils

Als Beilage sind Salzkartoffel und Blattsalat mit fettarmer Marinade besonders geeignet.

INGRÉDIENTS POUR 4 PORTIONS

600 g	Filet de perche
	Sel et poivre
	Jus d'un citron
2 cs	Huile de tournesol
FÜR DIE LAUCHSTREIFEN IN SAFRANSAUCE	
400 g	Poireau, coupé en lamelles
0.5	Oignon(s), finement hachées
1 cs	Beurre
2 cs	Vin blanc
150 ml	Bouillon de légumes
1 pincée	Safran
125 g	QimiQ Base crème, réfrigéré
	Sel et poivre
	Aneth

PRÉPARATION

- 1. Barschfilets würzen, mit Zitronensaft marinieren und in Sonnenblumenöl auf beiden Seiten schonend braten.
- Lauch in Salzwasser kurz aukochen, abseihen und zur Seite stellen.
- 3. Für die Safransauce Zwiebeln in Butter glasig dünsten. Mit Weißwein und klarer Gemüsesuppe aufgießen, die Safranfäden dazugeben und kurz auf kleiner Flamme kochen lassen.
- 4. Die vorbereiteten Lauchstreifen in die Sauce geben, abschmecken. Mit kaltem QimiQ Classic verfeinern und mit frischen Dllspitzen garniert zu den gebratenen Barschfilets servieren.