



# Fischfilet Doria

- **Schwierigkeitsgrad:** Leicht
- **Portionen:** 4
- **Vorbereitungszeit:** 15m
- **Zubereitungszeit:** 10m
- **Fertig in** 25m

```
window.dataLayer = window.dataLayer || []; window.dataLayer.push({ 'event' : 'someVal', 'ready_in' : '25', 'cook_time' : '10m', 'prep_time' : '15m', 'servings' : '4', 'yield' : '' });
```

Naturbelassen, leicht, frisch, einfach gemacht, klassisch, immer wieder lecker

## Zutaten

- 700 g- 800 g Fischfilet, küchenfertig, z. B. Rotbarsch, Blau-Leng, Heilbutt, Forellenfilet etc.
- 1 Bündchen frischer Dill, gehackt
- 1 grüne Gurke, geschält, entkernt in 2 cm großen Stücken
- 1 kleine Zwiebel, fein gewürfelt
- 1 Tomate, gebrüht, abgezogen, gewürfelt
- 50 g kalte Butter
- 80 ml flüssige Sahne
- 1 El Creme fraiche
- 1/4 l trockener Weißwein
- Saft 1 Zitrone
- Salz, weißer Pfeffer aus der Mühle

## Zubereitungsart

### Schritt1

Die Butter mit dem gehackten Dill vermengen, kalt stellen.

### Schritt2

Die Fischfilets unter fließendem Wasser waschen und mit Küchenkrepp wieder trocken tupfen. Von beiden Seiten salzen, pfeffern und mit Zitronensaft marinieren.

### Schritt3

In eine ausreichend große, aus gebutterte Auflaufform setzen und den Wein an gießen. Die Form mit Alufolie verschließen und für 6-8 min. in den auf 180° C vor geheizten Backofen schieben.

#### **Schritt4**

(Geht auch in einer Kasserolle bei mäßiger Hitze auf dem Herd) Prüfen, nicht übergaren, glasig halten.

#### **Schritt5**

Die Zwiebelwürfel in etwas Butter kurz anschwitzen und die Gurkenstücke dazu geben, salzen, pfeffern. Die Sahne und den Fisch-Pochier Fond aufgießen, ev. leicht mit etwas angerührter Speisestärke "sämig" binden.

#### **Schritt6**

Mit der Dillbutter aufmontieren, verrühren, nachschmecken.

#### **Schritt7**

Für die appetitliche Optik die Tomatenwürfel dazu geben.

#### **Schritt8**

Anrichtevorschlag:

#### **Schritt9**

Die Fischfilets auf vorgewärmten Tellern anrichten und mit der Weißwein-Gurken Sauce überziehen.

#### **Schritt10**

Dazu schmecken mir junge Kräuter Kartoffelchen oder trockener Reis

**Rezeptart:** Warme Fischgerichte

<https://www.gekonntgekocht.de/rezept/fischfilet-doria/>