

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/>