

SINGLE REZEPT

DER FRISCH-FISCH

Frischlachs mit Safransauce

1 Person 200 g Filet (mit oder ohne Haut)
1 EL Olivenöl/Bratbutter
Salz und Pfeffer aus der Mühle

Safransauce



SINGLE REZEPT

Serie Eins
13/18

von Andreas Altorfer

Frischlachs mit Safransauce

Filet in Tranchen schneiden und würzen.

Safransauce zubereiten und warmstellen.

Fischtranchen braten, 5 Min. Gesamtbratzeit (zuerst die Hautseite, dann die Fleischseite), darauf achten, dass das Fleisch nicht ganz durchgebraten ist und innen glasig schimmert.

Tranchen anrichten.

Safransauce als Saucenspiegel dazugeben.

Tipp

Schnittvariante: Das Lachsfilet in Butterfly-Tranche schneiden.

Dazu Reis servieren.