SCHWERTFISCH IN TINTENFISCHTINTE MIT GARNELEN, SOLEGGIATI UND GEGRILLTEN ARTISCHOCKEN



Menù-Zutaten

120 ml Olio extravergine di oliva (Natives Olivenöl extra) - EK5
30 Soleggiati - TX1
6 Carciofi alla griglia (Gegrillte Artischocken) - TO1
60 ml Ènerodiseppia - WBQX
q.b. Fumetto di Pesce (Fischfumet) - BP0

Zutaten

900 g Schwertfisch-Filet
18 Frische Garnelen
n.B. gemahlener Grieß
n.B. Petersilie
12 g Schalotte
n.B. Salz und Pfeffer
1 Zehe Knoblauch

Chef: Tommaso Ruggieri

Zubereitung

Für 6 Personen

Die Garnelen schälen und sorgfältig unter fließendem Wasser waschen; dann die Schwertfischfilets in dem geriebenen Grieß wälzen. Das native Olivenöl extra in einer Pfanne erhitzen und die gehackte Schalotte und die pochierte Knoblauchzehe leicht anrösten. Den Fisch dazugeben und von beiden Seiten anbraten, dann mit dem Weißwein ablöschen. Nun das Fischfumet und das Ènerodiseppia einrühren. Die Garnelen mit etwas Öl anbraten und die Soleggiati-Tomaten hinzufügen. Das Gericht mit der Sauce aus Tintenfischtinte anrichten, dabei das Schwertfisch-Filet in der Mitte platzieren, dann die Garnelen und die Soleggiati-Tomaten. Dazu eine gegrillte Artischocke, die zuvor in etwas Öl angebraten wurde, einige Soleggiati-Tomaten und zum Schluss etwas gehackte Petersilie.

Verarbeitung ohne Gluten

© Menù srl - Dal 1932 Produttori Specialità Alimentari
Geschäftssitz/Produktion: Via Statale 12 n.102 - 41036 Medolla (MO) | Verwaltung: Via Concordia n.25 - 41032 Cavezzo (MO)