WOLFSBARSCH-NESTER AUF MEDITERRANE ART

Menù-Zutaten

120 g Dorati - TN1
270 g Hummus di ceci bio (Bio-Hummus aus Kichererbsen) - ZC70B
60 g Capperini in olio extra vergine di oliva (Kapern, in nativem Olivenöl extra eingelegt) - XG7
60 g Olive Nostraline denocciolate (Leccino-Oliven, entsteint) - Z91
n.B. Buon brodo vegetale (Gemüsebrühe „Buon brodo“) - BC1
n.B. Olio extravergine di oliva (Natives Olivenöl extra) - EKC

Zutaten

n.B. frischer Basilikum
n.B. Salz
n.B. schwarzer Pfeffer
720 g Wolfsbarschfilet

Chef: Leonardo Pellacani

Zubereitung

Für 6 Personen
Die Wolfsbarsche filetieren und alle Gräten entfernen. Mit Hilfe eines Messers die Filets säubern und in der Längsrichtung halbieren. Dabei darauf achten, dass sie an einem Ende verbunden bleiben. Die Fischfilets auf einem mit Backpapier ausgelegtem Backblech in Form von Nestern anrichten und mit nativem Olivenöl, Pfeffer und Salz würzen. Bei 180° ca. 10 Minuten backen. Den Hummus mit Gemüse- oder Fischbrühe verdünnen und auf dem Herd erwärmen. Die Soße auf den Tellern als Spiegel anrichten. Die Wolfsbarsch-Nester auf den Soßenspiegel legen und mit den Oliven, den Datteltomaten und den Kapern dekorieren, die zuvor in einer Pfanne erhitzt wurden. Das Gericht mit Pfeffer und mit Öl verfeinern, das mit Basilikum aromatisiert wurde.

© 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)