



Felchenfilets an Wermut-Estragonsauce

Noilly Prat, der ganz trockene Wermut, ist ideal für feine Saucen zu Fisch, er ergänzt den süsslichen Geschmack des Estragon vortrefflich. Frischer Estragon wäre zwar die bessere Wahl, doch auch getrockneter Estragon bringt viel Aroma mit. Mit etwas Sauerrahm gibt das eine feine Sauce die vortrefflich zu den Felchenfilets passt. Die Filets werden nur leicht gewürzt: Mit Salz und Pfeffer und etwas Zitronensaft.

Zutaten (1 Portion)

180g	Felchenfilets mit Haut
1Tl	Zitronensaft
20g	Tafelbutter zum Anbraten der Filets
10g	Tafelbutter für die Sauce
2Tl	Estragon getrocknet
20g	Lauch
6cl	Noilly Prat
6cl	Gemüsebouillon
20g	Sauerrahm
	Salz und Pfeffer

Zubereitung

Felchenfilets salzen, pfeffern und mit Zitronensaft einpinseln. Die Hautseite muss nicht gewürzt werden. Filets ziehen lassen bis die Sauce zubereitet ist.

Lauch zu sehr kleinen Würfelchen schneiden.

Butter in einem Pfännchen aufschäumen lassen. Lauch und Estragon zugeben und ca. 1 Minute dünsten. Noilly Prat und Bouillon zugießen und auf 1/3 einkochen lassen. Sauerrahm zugeben, gut verrühren und 2-3 Minuten köcheln lassen. Ev. mit Salz und Pfeffer abschmecken.

20g Tafelbutter in einer Bratpfanne aufschäumen lassen. Felchenfilets zuerst mit der Fleischseite nach unten 2 Minuten anbraten. Filets wenden und auf der Hautseite 6-8 Minuten braten.





