



Saiblingsfilets mit Baumnusspanade auf Quitten-Orangensauce

Ein wenig aufwändig ist es schon, extra für diese Sauce Quitten zu entsaften, zumal ohne Entsafter oder entsprechendes Gerät. Da lohnt es sich Quittensaft in grösserer Menge herzustellen und heiss abzufüllen, um ihn haltbar zu machen - Quittensaft eignet sich nicht nur für Süsses, er ist auch eine schöne Bereicherung in Saucen oder Suppen.

Saibling gehört zu den Salmoniden wie die Forelle, sein Fleisch ist aber etwas fester und vielleicht auch etwas aromatischer. Als Süsswasserfisch ist er von feinem Geschmack, der nicht zu stark gewürzt werden sollte. Eine fruchtige Sauce passt da ausgezeichnet, so wie diese Quittensauce, die mit Orangensaft, Ingwer und Schalotten aromatisiert wird.

Die Saiblingsfilets werden mit nur wenig Salz, Pfeffer und Zitronensaft mariniert und mit gecuterten Baumnüssen bestreut im Ofen gegart. Angerichtet habe ich die Filets mit Linsen.

Auch wenn die Kombination der Zutaten exotisch erscheinen mag, man muss dieses Rezept ausprobieren, es schmeckt einfach köstlich! Die Inspiration dazu kam einmal mehr von [lamiacucina](#).

Zutaten (2 Portionen)

2	Saiblingsfilets à 200g
8	1/2 Baumnusskerne
10g	Tafelbutter
	Salz und Pfeffer
1El	frischer Kerbel

Quitten-Orangensauce:

1	Quitte
1/4	Orange

1 Schalotte
3 dünne Scheiben Ingwer
1/4Tl Piment d'Espelette
1dl Weisswein
1dl milde Bouillon
30g Tafelbutter

Zubereitung

Quitte unter fließendem Wasser abbürsten. Mit der Haut in kleine Würfel schneiden, dabei das Kerngehäuse und die Fliege heraus schneiden. Mit ca. 2dl kaltem Wasser aufkochen und zugedeckt 2 Stunden köcheln lassen. Ev. noch etwas Wasser zufügen. Sobald die Quittenstücke weich werden, diese mit einer Gabel zerdrücken.

Saiblingfilets zurückhaltend mit Salz, Pfeffer und Zitronensaft marinieren und abgedeckt ca. 2 Stunden im Kühlschrank ziehen lassen.

Weichgekochte Quitten durch ein Gelee- oder Gazetuch abseihen und den Saft auffangen.

Quittensaft zusammen mit dem Saft der Orange in ein Pfännchen geben. Schalotte schälen, in feine Scheiben schneiden und zugeben. Ingwerscheibchen zugeben. Weisswein und Bouillon dazugießen. Mit Piment d'Espelette würzen. Ganz leicht köchelnd etwa auf die Hälfte einreduzieren.

Baumnusskerne cuttern und in Butter kurz anrösten.

Saiblingfilets ca. 1/2 Stunde vor dem Ofengang aus dem Kühlschrank nehmen und mit der Baumnussbutter bestreichen.

Ofen mit Bratgeschirr auf 200° vorheizen.

Bratgeschirr ausbuttern, Saiblingfilets hineinlegen und im oberen Drittel des Ofens 6 Minuten garen.

Sauce absieben und zurück ins Pfännchen geben, kalte Butter stückchenweise mit dem Schwingbesen in Sauce einrühren.

Sauce auf Tellern zu einem Spiegel anrichten und die Filets darauflegen. Mit etwas Kerbel bestreuen.





