

Gebratener Bachsaibling mit Cidre-Schalotten-Sauce

Zutaten für 4 Portionen:

4 Bachsaiblinge (küchenfertig à 320 g)
6 EL Zitronensaft
200 g kleine Schalotten
2 Äpfel
30 g Zucker
100 ml Gemüsefond
100 ml Cidre
2 - 3 EL Crème fraîche
Salz, Pfeffer
150 g Mehl
2 EL Butter
4 EL Öl

So wird's gemacht:

- 1) Die Saiblinge kalt abspülen und mit 4 EL Zitronensaft einreiben.
- 2) Die Schalotten pellen und eventuell halbieren. Die Äpfel schälen, entkernen, in je 6 Spalten schneiden und mit dem restlichen Zitronensaft mischen.
- 3) Den Zucker in einem Topf karamellisieren. Die Schalotten darin wenden und mit dem Gemüsefond ablöschen. Zugedeckt 7 Minuten garen.
- 4) Den Cidre zugießen und auf die Hälfte einkochen. Die Crème fraîche zugeben und cremig einkochen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Zuletzt die Apfelspalten unterheben und erwärmen.
- 5) Für die Saiblinge Mehl, Salz und Pfeffer in einer flachen Arbeitsschale mischen. Die Saiblinge in der Mehlmischung wenden und leicht abklopfen.
- 6) Je 1 Esslöffel Butter und 2 Esslöffel Öl in zwei großen Pfannen erhitzen. Die Saiblinge bei mittlerer Hitze ca. 4 - 5 Minuten von jeder Seite braten.
- 7) Die Saiblinge auf großen Tellern mit der Cidre-Schalotten-Sauce anrichten und servieren. Dazu passen Petersilien-Stampfkartoffeln.