

Christen - Saibling

Zubehör für 8 Personen

Zeitbedarf:	ca. 2 h
4 Stück	Saibling
4 Bund	Kräuter
2 Stück	Zitornen
4 Stück	Knoblauchzehen
5 kg	Salz
5 Stück	Eier
3 kg	Bamberger Hörnle
3 kg	Wurzelgemüse
100 g	Chreme fraiche
250 g	Kochsahne
100 g	Butter

Gewürze: Salz, Pfeffer, Oel, Petersilie

PROZEDUR

Fisch

1. Die Fische (ausgenommen) nicht von Kopf und Schwanz trennen, waschen, trockentupfen, in den Bauch Zitronensaft geben, je eine 1 geviertelte Knoblauchzehe, 1 Bund Kräuter, salzpfeffern. Den Bauch ggf. mit Spießler oder Küchengarn verschließen.
2. Backofen auf 220° C O/U vorheizen
3. Eier vom Eigelb trennen und das Eiweiß mit dem Salz vermischen.
4. Je nach Fischgröße auf einem oder zwei Backblechen mit einem Teil des Salzgemisches vier Betten formen, Fische hineinlegen und mit dem anderen Teil des Salzgemisches die Fische bedecken und fest andrücken.
5. Fische 25 Minuten im Backofen garen

Kartoffeln

Mit Schale 30 Min kochen, danach pellen und mit Petersilie bestreuen

Gemüse

Waschen, in Portionsstücke zerkleinern und 20 Min. mit 5 TL Oel/Wasser dünsten, salzpfeffern

Gemüse mit Siebkelle entnehmen und aus dem Sud mit Chreme fraiche, Kochsahne und Butter eine Soße zubereiten.