



Saibling Escabeche

4 Saiblingfilets

Essigsud

1,3 dl weisser Balsamico

5 dl Wasser

35 g Salz

Kräuterölsud

Blattpetersilie

Dill

Verveine

Basilikum

Koriander

Olivenöl

Senf- und Pfefferkörner

1 Knoblauchzehe

Abrieb von einer Zitrone

Zubereitung

1. Balsamico, Wasser und Salz in ein flaches Gefäss geben und die Fische dazugeben. Die Filets darin 45 Minuten marinieren (dickere eine Stunde im Essigsud lassen).
2. Die Filets aus der Marinade nehmen und in einen tiefen Teller legen. Olivenöl in eine Pfanne geben, Kräuter, ein paar Senf- und Pfefferkörner, Knoblauchzehe und die abgerieben Zitronenschale dazugeben, alles auf 70 Grad erhitzen, auskühlen lassen und den Fisch mit dem flüssigen Öl bedecken. Mindestens 6 Stunden kühl stellen. Achtung: Da das Olivenöl im Kühlschrank eine feste Konsistenz erhält, muss man die marinierten Fischstücke frühzeitig aus der Kälte holen, um sie mit marinierten Radieschen, Rettich und dem Kräuterdip anzurichten