

Gaumen Freude

EINE HANDVOLL BODENSEE



Hecht- und Kretzersalat

ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

Je 200 g Hecht- und Kretzerfilet
Öl zum Anbraten
1 Karotte
1 Zwiebel
1 rote Paprika
½ Salatgurke und/oder 1-2 Tomaten
(gehobelt oder in dünne Streifen
geschnitten)
Frische Kräuter wie Schnittlauch, Petersilie,
Estragon und/oder Dill (alles fein gehackt)

Für die Marinade:

1 Teel. Senf
100 ml Mostessig
200 ml Öl
etwas Chilipulver oder fein geschnittene
frische Chilischote (falls Schärfe
gewünscht)
Salz
Pfeffer
Maggiwürze (das Original aus Singen!)

ZUBEREITUNG

Senf und Mostessig verrühren, mit Salz, Pfeffer, Zucker und Maggi abschmecken. Das Öl langsam unterrühren, so dass eine Emulsion entsteht, Kräuter dazugeben.

Die Fischfilets in 1 cm dicke Streifen schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen und in heißem Öl anbraten, in die Marinade geben. Zum Schluss das Gemüse unterheben und alles gut mischen. Dazu passt frisches Bauernbrot und ein gut gekühltes Bier.

Empfehlung: Der Salat lässt sich gut vorbereiten, da er sich mehrere Tage im Kühlschrank hält.

Hotel Gasthof Seerose

Mooser Straße 36 | D-78315 Radolfzell
Telefon +49 (0) 7732 357 9 | www.seerose-radolfzell.de



WESTLICHER
BODENSEE

Konstanz-Bodensee-Hegau
in der Vierländerregion

www.bodenseewest.eu