

# Gaumen Freude

EINE HANDVOLL BODENSEE



## Felchenfilet mit Spargel und Bärlauch

### ZUTATEN FÜR 2 PERSONEN

300-400 g Felchenfilet  
100 ml Thurgauer  
Rapsöl kalt gepresst  
1 Bund Bärlauch, gewaschen  
400 g grüner Spargel (oder anderes  
Saisongemüse)  
Butter/Öl zum Braten  
Salz  
Pfeffer  
Zucker

### ZUBEREITUNG

Bärlauch mit etwas Salz und dem Rapsöl mixen.

Spargel rüsten, in mundgerechte Stücke schneiden und in Salzwasser knackig kochen. Kurz im kalten Wasser abschrecken.

Filets mit Salz und Pfeffer würzen und in Bratbutter/Öl auf beiden Seiten braten. Spargel in Butter schwenken, mit Salz, Pfeffer und Zucker würzen.

Die Felchenfilets auf dem Spargel anrichten und mit Bärlauchöl beträufeln.

Brigitte und Michael Labhart wünschen guten Appetit.

**Getränkeempfehlung:** Ein Müller-Thurgau.

### Seerestaurant & Hotel Frohsinn

Seestraße 62 | CH-8266 Steckborn

Telefon +41 527 611 161 | [www.frohsinn-steckborn.ch](http://www.frohsinn-steckborn.ch)



Konstanz-Bodensee-Hegau  
in der Vierländerregion

[www.bodenseewest.eu](http://www.bodenseewest.eu)