

# Fisch-Gemüse-Topf

Für 4 Personen

## Zutaten

Zubereitungszeit: ca. 50 Minuten

Zahnstocher

1 Lauch, in Stücke geschnitten, blanchiert

2 Rüebli, in Stäbchen geschnitten

1 Stück Sellerie, ca. 300 g, in Stäbchen geschnitten

1 Zwiebel, halbiert, in Streifen geschnitten

Butter zum Dämpfen

2 Briefchen Safran

1 dl Weisswein oder Gemüsebouillon

5 dl Fischfond oder Gemüsebouillon

600 g Kartoffeln, z.B. Agria, geschält, in Spalten geschnitten

8 Eglifilets, ca. 300 g, pfannenfertig

2 Saiblingfilets, ohne Haut, ca. 150 g, jedes Filet in 4 Streifen geschnitten

Salz

Pfeffer aus der Mühle

Limetten-Chili-Toasts:

½ Parisette, in Scheiben geschnitten

ca. 50 g Butter, weich, zum Bestreichen

1 Limette, abgeriebene Schale

1-2 rote und grüne Chili, in Ringe geschnitten

Salz

Limettenzesten zum Garnieren



## Zubereitung

- 1 Das Gemüse in der Butter andämpfen. Safran kurz mitdämpfen. Mit dem Wein und Fond oder Bouillon ablöschen. Zugedeckt aufkochen. Kartoffeln dazugeben, knapp weich garen.
- 2 Saiblingstücke je mit einem Eglifilet umwickeln, mit Zahnstocher fixieren. Fischröllchen würzen, auf das Gemüse geben. Knapp unter dem Siedepunkt 8-10 Minuten ziehen lassen.
- 3 Parisettescheiben mit der Butter bestreichen, auf das mit Backpapier belegte Blech legen. Limettenschale und Chili darauf geben, würzen. In der oberen Hälfte des auf 220 °C vorgeheizten Ofens oder unter dem Grill hellbraun rösten, garnieren.
- 4 Fisch-Gemüse-Topf in vorgewärmte Schalen verteilen. Mit den Limetten-Chili-Toasts servieren.