

Fischfilet im Strudelteig

Zutaten für ca. 4 Portionen/2-4 „Strudel“:

ca. 150 g oder 2-4	Strudel-, Filo-, oder Yufkateigblätter
ca. 250 g	Farce z. B. Fischfarce (grün gefärbt) oder Gemüsefarce (Spinat-Ricotta)
600 g oder 4	Fischfilets, z. B. Lachsforelle, Saibling ... oder Tranchen z. B. Lachsfilet
	Salz, Pfeffer
	zerlassene Butter

Fertigstellung:

1. Strudelteig entsprechend vorbereiten (siehe Rezeptur Strudelteig) oder ein Fertigerzeugnis (Filo-, Yufkateig) verwenden.
2. Fischfilet würzen.
3. Teigblätter, evtl. zur Hälfte falten und dünn mit zerlassener Butter bestreichen.
Je nach Größe des Fischfilets dünn mit Farce bestreichen.
4. Fischfilet auflegen und mit Farce umhüllen
oder bei dünnen Fischfilets, übereinander legen und 2 Filets mit Farce umhüllen.
5. Fisch mit Teig einschlagen und auf einen passenden Bogen Backpapier legen.
Mit zerlassener Butter bestreichen.
6. Vorbereitete „Fischpakete“ samt Backpapier auf das heiße Backblech legen.

Backbedingungen:

Temperatur: 200 °C (Backofen vorheizen)

Backblech in eine mittlere Schiene einschieben und heiß werden lassen.

Backzeit: Etwa 10 bis 15 Minuten (2/3 Backzeit Ober-/Unterhitze, 1/3 Backzeit Heißluft)

Je kleiner die Portion, desto höher die Temperatur, desto kürzer die Backzeit!

Backofen ausschalten.

Fisch bei leicht geöffneter Backofentür 5 Minuten ruhen lassen.

Fischfarce

200 g	Fischfilet	durch den Fleischwolf drehen, oder in sehr kleine Würfel schneiden
20 g	Weißbrot etwas Sahne	fein würfeln, einweichen
1	Ei (M)	zugeben
1	Butter Schalotte, fein gewürfelt	anschwitzen
	¼ TI Zitronenzeste (sehr fein Abrieb), Petersilie, Dill, Schnittlauch, fein geschnitten	kurz mitschwitzen
	Senf, Salz, Pfeffer, Spritzer Zitronensaft	abschmecken



Durcharbeiten um eine gebundene Masse zu erhalten.

Die Farce kann z. B. grün (Spinatmatte/Chlorophyllextrakt oder fein gehackter Blattspinat) oder gelb (Kurkuma/Safran) gefärbt werden.

oder

Spinat-Ricotta-Farce:

1 Schalotte, Öl, 150 g Blattspinat, 60 g Ricotta, 60 g Mascarpone

1 Ei geriebenen Parmesan, 1 Ei Semmelbrösel oder Kartoffelflocken, 1 Eigelb

Salz, Pfeffer, Muskat

1. Schalotte fein würfeln und in wenig Öl anschwitzen.
2. Spinat putzen, waschen, kurz blanchieren, abschrecken, abgießen und gut ausdrücken.
3. Spinat fein hacken.

Ricotta, Mascarpone, Parmesan, Brösel oder Flocken, Eigelb und die Schalotten zugeben, vermischen.

Mit Salz, Pfeffer und einer Prise Muskat würzen.