

Vital Cuisine

Naturbelassene Gewürze

Naturprodukte Kellenberger GmbH • Platz 230 • CH-9428 Walzenhausen
☎ 071 886 51 00 • 📠 071 886 51 01 • ✉ info@naturprodukte.ch
🌐 www.vital-cuisine.ch

Fischfilet in Kartoffelkruste auf Rahmgemüse

Zutaten für 5 Personen

600 g	Fischfilets Fisch & Meer	damit würzen
300 g wenig	Kartoffeln Mehl Bratbutter	schälen und raffeln, etwas abtrocknen die Fischfilets darin wenden, mit den Kartoffeln panieren, gut andrücken erhitzen und darin die Fischfilets goldbraun braten, im Ofen warm stellen
500 g	Gemüse nach Saison oder Geschmack, mundgerecht geschnitten	
1 Stück	Zwiebel gehackt	
1 Essl.	Butter	die Zwiebel und Gemüse darin anschwitzen
1 dl	Gemüsebouillon	(aus Gemüsebouquet zubereitet)
1 dl	Rahm	angiessen, einige Minuten knackig dünsten
	Maisstärke	damit nach Wunsch binden
	Kräuter & Blüten	damit abschmecken, das Gemüse auf Teller geben, den Fisch daneben anrichten, mit Zitrone servieren



Die verwendeten Gewürze:

Fisch & Meer

Würze mit Zitrone und Kräutern, passt zu fast allen Fischgerichten.

Gemüsebouquet

Als Gemüsebouillon (1 TL für 2,5 dl) und zum Würzen von Suppen, Gemüse, Teigwaren-, Reis- und vegetarischen Gerichten.

Kräuter & Blüten

Verleiht Suppen, Saucen, Gemüse, Salat, Eierspeisen, Kräuterbutter, Kartoffeln und Dips einen feinen Kräutergeschmack