



CLUB KOCHENDER MÄNNER
4310 RHEINFELDEN

Tête de Moine mit Baumnuss-Pesto

Waadtländersuppe

Eglifilets nach Waadtländer Art

Gâteau au raisiné

Zutaten:

Zubereitung:

Eglifilets nach Waadtländer Art

600 g	Eglifilets
1 dl	Weisswein (Genfersee) Salz, Pfeffer
2 EL	Mehl
1 dl	Weisswein (Genfersee)
1 Stk.	Ei
4 Stk.	Schalotten
1 Bund	Petersilie
3 - 4 EL	Bratbutter
50 g	Tafelbutter
1 Stk.	Zitrone Salzkartoffeln

Grosse Eglifilets in breite Streifen schneiden, kleine ganz lassen.

Mit 1 dl Weisswein beträufeln und mit Salz und Pfeffer würzen. Kurz ziehen lassen

Das Mehl mit dem restlichen Weisswein verrühren.

Das Ei beifügen und alles gut verquirlen. 15 Minuten ruhen lassen.

Inzwischen die Schalotten fein hacken und den Peterli hacken.

Den Backofen auf 100 Grad vorheizen und eine Platte mitwärmen. Die Eglifilets aus der Marinade nehmen und gut abtropfen lassen. Die Marinade zur Eimischung giessen und gut verrühren.

In einer beschichteten Bratpfanne die Bratbutter erhitzen. Die Fischfilets portionenweise durch den Teig ziehen und goldbraun ausbacken.

Auf ein Haushaltspapier abtropfen lassen. Dann sofort auf die Platte in den vorgeheizten Ofen geben.

Im Bratensatz die Tafelbutter aufschäumen lassen. Die Schalotten und den Peterli darin unter häufigem Wenden drei bis vier Minuten dünsten, dann sofort über die Eglifilets verteilen.

Mit Zitronenschnitzen garniert möglichst heiss servieren.

Dazu servieren wir Salzkartoffeln.