

AEG

Mit Riesengarnelen soufflierter Kabeljau

Beheizungsart: Feuchtgaren
Feuchtigkeit, mittel
Temperatur: 150 °C
Zeit: 15 Minuten
Portionen: 4



4 Kabeljau-Rückenfilets, grätenfrei, je ca. 150 g
¼ Bund Schnittlauch
2 Eigelb
6 Riesengarnelen
1 Scheibe Toastbrot
Salz
Schwarzer Pfeffer
Cayennepfeffer

Benötigt: Backblech, Mixer

Vorbereitung: Schnittlauch in feine Ringe schneiden. Garnelen schälen, entdarmen und in kleine Stücke schneiden. Toastbrot entrinden, in kleine Stücke schneiden und zusammen mit den Eigelben und den Garnelen mixen, bis eine feine Masse entsteht. Die Masse mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken und Schnittlauch zugeben. Die Kabeljaustücke mit Salz und schwarzem Pfeffer würzen und auf ein Backblech geben. Die Garnelenmasse gleichzeitig mit einer Palette auf die Fischfilets streichen.

Zubereitung: Den Kabeljau auf der Einschubebene 3 im Programm „Feuchtgaren“ mit der Einstellung „Feuchtigkeit, mittel“ bei 150 °C für 15 Minuten garen.

Neues Kochen
kochZEIT
für Genießer