

DENNER

**KITCHEN
CASE**



SAT.1

Immer sonntags und dienstags
um 19.55 Uhr in SAT.1 Schweiz

Rezept aus der Sendung vom 21.02.2016
"KitchenCase bei Hecht"

Lachs Tranche BBQ Style - Hecht Pesto - Kartoffel - Lacu Gemüse mit Speck - Mango-Mascarpone Dessert (für 4 Personen)



Lachs Tranche BBQ Style:

ca. 12-15 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

★ 4 St Lachs Filets/Tranchen

Marinade :

- ★ 1 EL Honig
- ★ 1 EL Ketchup
- ★ 1 TL weisser Balsamico
- ★ 1 TL Indones. Sojasauce
- ★ 1 EL Sweet & Sour Sauce
- ★ 1 St Limone Abrieb
- ★ 1 St Knoblauch
- ★ Sesamöl
- ★ Salz, Pfeffer, Curry, Chiliflocken

Zubereitung:

Fischfilets waschen und trocken tupfen. Honig, Ketchup, Balsamico, Honig, Sojasauce und Sweet & Sour Sauce in eine Rührschüssel geben. Limone Abrieb und Knoblauch fein reiben, Salz, Pfeffer, Curry, Chili und Sesamöl zugeben. Alles mischen und den Lachs damit marinieren. Fischfilets auf ein Backpapier legen und das Blech für ca. 6 Minuten in den auf 220 Grad vorgeheizten Backofen geben.

DENNER

KITCHEN
CASE



SAT.1

Immer sonntags und dienstags
um 19.55 Uhr in SAT.1 Schweiz

Rezept aus der Sendung vom 21.02.2016
"KitchenCase bei Hecht"

Lachs Tranche BBQ Style - Hecht Pesto - Kartoffel - Lacu Gemüse mit Speck - Mango-Mascarpone Dessert (für 4 Personen)



Hecht Pesto:

ca. 6-8 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 1 Bu Basilikum
- ★ 1 EL Pinienkerne geröstet
- ★ 1 St Knoblauch
- ★ 30 g Parmesan Splitter
- ★ 1 dl Olivenöl
- ★ Fleur de Sel
- ★ 5 St getrocknete Tomaten

Zubereitung:

Basilikum, Pinienkerne, Knoblauch, Parmesan und etwas Fleur de Sel in einen Mixer geben. Mixer einschalten und das Olivenöl einlaufen lassen. Pesto in eine Schüssel füllen. Die Trockentomaten fein hacken und unter das Pesto geben.

DENNER

KITCHEN
CASE



SAT.1

Immer sonntags und dienstags
um 19.55 Uhr in SAT.1 Schweiz

Rezept aus der Sendung vom 21.02.2016
"KitchenCase bei Hecht"

Lachs Tranche BBQ Style - Hecht Pesto - Kartoffel - Lacu Gemüse mit Speck - Mango-Mascarpone Dessert (für 4 Personen)



Lacu Gemüse mit Speck:

ca. 15-20 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 1 St Lauch
- ★ 2 St Kartoffeln
- ★ 1 St Zwiebel
- ★ 1 St Knoblauch
- ★ 8 Sch Rohess Speck
- ★ 200 ml Rahm
- ★ 2 St Petersilie
- ★ Pflanzenöl
- ★ Salz, Pfeffer

Zubereitung:

Lauch längs halbieren und waschen. Kartoffel waschen und schälen. Zwiebel schälen und in feine Streifen schneiden. Speck in feine Querstreifen schneiden und einem Topf mit wenig Pflanzenöl kurz anbraten. Zwiebeln zugeben und dünsten. Kartoffeln in feine Würfel (ca. 0.5cm) schneiden und zugeben. Lauch in feine Streifen schneiden und zugeben. Mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. Bei mittlerer Hitze alles zusammen ca. 2 Minuten dünsten. Rahm zugeben und ca. 5 Minuten köcheln lassen. Vom Herd nehmen, abschmecken und die Petersilie fein geschnitten zugeben.

Fertig stellen/Anrichten:

Lauch - Kartoffelragout in einem tiefen Teller anrichten. Lachs tranche aufsetzen. Pesto über den Fisch verteilen.

DENNER

**KITCHEN
CASE**

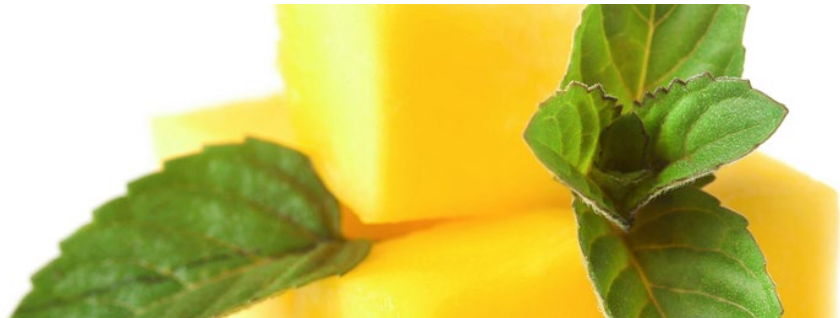


SAT.1

Immer sonntags und dienstags
um 19.55 Uhr in SAT.1 Schweiz

Rezept aus der Sendung vom 21.02.2016
"KitchenCase bei Hecht"

Lachs Tranche BBQ Style - Hecht Pesto - Kartoffel - Lacu Gemüse mit Speck - Mango-Mascarpone Dessert (für 4 Personen)



Mango-Mascarpone Dessert:

ca. 10-12 Minuten Zubereitungszeit

Zutaten:

- ★ 1 St Mango
- ★ Ahornsirup
- ★ 1 St Limone
- ★ 1 Stä Minze

Zutaten Crème:

- ★ 300 g Mascarpone
- ★ 50 g Joghurt
- ★ Ahornsirup
- ★ Abrieb Limone
- ★ Abrieb Orange
- ★ Nuss Stängeli

Zubereitung:

Mango schälen und die Filets von Fruchtstein schneiden. Mango Filets in Würfel schneiden. Mit Ahornsirup (je nach Gusto), Limonensaft und feingehackter Minze marinieren.

Zubereitung Crème:

Alle Zutaten in eine Rührschüssel geben und zu einer homogenen und glatten Masse verrühren. Abschmecken und in einen Dressiersack füllen.

Fertig stellen/Anrichten:

Mango Salat in ein Glas füllen. Mit Mascarpone Creme auffüllen. Mit einem Trockengebäck grob gehackt garnieren.