



Filet de Sébaste mat séiss-saurer Ratatouille

Ingrediente fir 4 Leit

Filet de Sébaste	4 Stéck vun 150g
Staangenzelleri	125g
Navet oder Rutabaga	125g
Courgette	125g
Fenchel	125g
Cresson	1 Strauss
Kaperen	30g
Korinthen	40g
Pignonen	10g
Knuewelek	1 Zéif
Thymian	2 Staangen
Olivenueleg	35cl
Fleur de sel	
Peffer	

Preparatioun

De Rutabaga schielen a mat der Courgette, dem Zelleri an dem Fenchel a ganz kleng Cubë schneiden. 5cl Olivenueleg an enger Pan waarm maachen an d'Geméis undénsten. Wann d'Geméis nach liicht knackeg ass, d'Korinthen, d'Pignonen an d'Kaperen dobäi ginn. Mat Peffer a Salz ofschmaache a waarm stellen.

$\frac{3}{4}$ vun de Cressonsblieder mat 10cl Olivenueleg mixen an op d'Säit stellen.

D'Fëschfileten op der Säit vun der Haut 3 bis 4 Mol aschneiden, niefteneen an e véiereckege Plat leeën. An enger Kasseroll 20cl Olivenueleg mam Knuewelek an dem Thymian op 75 Grad erhëtzen. An der Tëschenzäit de Schäffchen op 65 Grad virwiermen.

Wann den Ueleg d'Temperatur huet, iwwert de Fësch schëdden an duerno 20 Minutten am Schäffchen fäerdeg zéie loossen.

Op den Tellere fir d'éischt d'Geméis dresséieren, all Filet kuerz op Kichepabeier liicht ofréchnen an op d'Geméis leeën, mat Peffer a Fleur de sel wierzen. Dat Gantz mat engem Filet gemixtem Cresson an dem Rescht Cressonsblieder dekoréieren.