



## Gekochte seebarschfilets mit gemüse und kartoffelbrei



Categoria  
Peixe



Tempo de preparação  
Médio



Dificuldade  
Médio



Custo  
Auswählen



Com quem?  
Mit Freunden



Nº de pessoas  
4 pessoas

### Ingredientes



100ml Gallo Olivenöl  
Reserva



20ml Gallo Weißweinessig

- 4 Einheiten seebarsch (jeweils +/- 400g)
- 460g Kochfeste kartoffeln
- 80g Zwiebel
- 40g Geraspelte karotten
- Ingwer nach Belieben
- Zitrone nach Belieben
- 100ml Weißwein

### Modo de preparação

1

Das Gemüse, die Hälfte des Olivenöls und den Weißweinessig, den Weißwein und den Zitronensaft in eine backofenfeste Form legen.

2

Die Seebarschfilets darauf anordnen und mit Backpapier abdecken.

3

Im Ofen bei 150°C für 25 Minuten backen.

4

Die ungeschälten Kartoffeln kochen, danach schälen und mit einer Gabel zerdrücken und das restliche Olivenöl hinzugeben.

5

Kleine Nocken vom Kartoffelbrei formen und den Seebarschfilets darauflegen. Mit der Soße vom Fisch übergießen.

### Produtos utilizados



Reserva  
Natives Olivenöl Extra



Weißweinessig  
Essige Täglich



*Mais receitas em*

*[www.galloportugal.com](http://www.galloportugal.com)*

© 2024 Todos os direitos reservados à Gallo Worldwide