



Gedünsteter Saibling

Für 4 Personen

4 Saiblingsfilets

20 g Butter

4 EL Weißwein

Salz
Pfeffer und
Cayennepfeffer
gemahlen

4 Stück Alufolie

Die Alufolie mit Butter bestreichen.

Saiblingsfilets waschen, mit Küchenpapier trocken tupfen und von den Gräten befreien.

Filets mit Salz, Pfeffer und Cayennepfeffer würzen und auf die gefettete Folie legen.

Mit Weißwein beträufeln, Folie gut verschließen und im Backofen bei rund 70 Grad Celsius je nach Größe der Filets 10 bis 15 Min. garen.

Tipp: Dazu schmeckt Risotto und zartes Frühlingsgemüse.



Weitersagen!

Wer das Land, die Menschen und echte Landerlebnisse in NRW liebt, der kennt www.landservice.de.

Echt. Näher. Dran!

