



Leckere Fischrezepte – Beispiele für Fischgerichte

Rezept #1 - Hecht nach Thüringer Art

Nachfolgend ein gutes und einfaches Rezept um Hecht zuzubereiten.

Es nennt sich "*Hecht nach Thüringer Art*" und kommt von Herbert Listner aus Wessling.

Zutaten für 2 Personen:

Hecht mit Kopf
3 L Wasser
3 Esslöffel Salz
1 Bund Suppengrün
3 kleine Zwiebeln
3 Möhren
3 Stücke Sellerie

Zubereitung:

Alle Zutaten gleichzeitig zum Kochen bringen. Dazu eine Form bzw. Topf wählen, in dem die Fischstücke so groß wie möglich belassen werden können. Der Hecht hat im Rücken "Y" Gräten, welche nach dem zerstückeln noch kleiner werden, also Vorsicht. Nun den Hecht in den kochenden Sud geben. Jetzt gleich die Flamme zurückdrehen und mit geschlossenem Deckel 30 min köcheln. Nicht wenden oder rühren, da mit zunehmender Zeit der Fisch zerfällt. Der Fisch ist fertig, wenn sich Stücke oder Flossen mit einer Gabel lösen lassen. Dazu reicht man Püree und eine Fertigsoße, je nach Geschmack. Man kann mit dem Sud auch eine Soße gestalten, z.B. Senf- oder Weißweinsause.

Guten Appetit !