

# Fisch und Krustentiere: Zugersee-Hechtfilets mit Nudeln und Bärlauchsauce

## Zubereitung Bärlauchsauce

- ▷ Den Bärlauch mit der Butter in den Mörser geben und sorgfältig zu einer feinen Paste verarbeiten.
- ▷ Den trockenen Weisswein in eine Saucenpfanne geben und auf dem Herd sirupartig einkochen lassen.
- ▷ Den Rahm beifügen und aufkochen.
- ▷ Anschliessend die Bärlauchpaste zugeben und alles zu einer sämigen Sauce verarbeiten.
- ▷ Mit Salz und Pfeffer würzen, vom Herd nehmen und beiseite stellen.

## Zubereitung Nudeln

- ▷ Die Nudeln in genügend Salzwasser im Kochtopf auf dem Herd al dente kochen.
- ▷ Vom Herd nehmen, in ein Abtropfsieb abschütten und mit viel kaltem Wasser abschrecken.
- ▷ In der Schüssel mit 2 Esslöffeln Olivenöl mischen und mit Salz und Pfeffer würzen.
- ▷ Nun die Nudeln mit der Fleischgabel zu 4 gleich grossen Nestchen formen, in den gelochten Garbehälter legen und beiseite stellen.

## Zubereitung Hechtfilets

- ▷ Die Hechtfiletstreifen auf einem Edelstahlblech verteilen.
- ▷ Salzen, pfeffern und während 5 Minuten bei 95 °C dämpfen.
- ▷ Aus dem Garraum nehmen und die kleinen Gräten mit der Haushaltspinzette herauszupfen und beiseite stellen.

## Anrichten

- ▷ Die Nudeln während 2 Minuten bei 130 °C regenerieren.
- ▷ Aus dem Garraum nehmen und beiseite stellen.
- ▷ Die Bärlauchsauce in die Mitte von 4 flachen Tellern verteilen. Die Nudelnestchen daraufsetzen und die Hechtfiletstreifen rundum anrichten.
- ▷ Mit Bärlauchstreifen garnieren.

## Garstufen Hechtfilets

mit Vorheizen – Auflage 1  
5 Minuten      95 °C Dämpfen

## Garstufen Nudeln

mit Vorheizen – Auflage 1  
2 Minuten      130 °C Regenerieren

## Zutaten Hechtfilets

600 g Hechtfilets, in 2 cm breite Streifen geschnitten  
Salz und Pfeffer

## Zutaten Nudeln

300 g frische Nudeln  
2 EL Olivenöl  
Salz und Pfeffer

## Zutaten Bärlauchsauce

0,5 dl trockener Weisswein  
2 dl Vollrahm  
50 g Butter, zimmerwarm  
1 Bund Bärlauch  
Salz und Pfeffer

## Zutaten Garnitur

2 Bärlauchblätter, in feine Streifen geschnitten