

Aal-Tournedos mit Salbei

Für 4 Personen:

1 kg Aal	Salz, Pfeffer	8 Bacon-Scheiben
1 Bd Salbei	4 kleine Zucchini	2 El Keimöl
Thymianzweige	2 El Zitronensaft	1 Bd Petersilie

Den Backofen auf 180° C vorheizen.

Die Zucchini waschen, der Länge nach in dünne Scheiben, dann quer in feine Streifen schneiden. Den Aal häuten, in 4 cm lange Stücke schneiden, mit Salz und Pfeffer würzen. Je 2 Salbeiblätter um ein Aalstück legen und das Ganze mit einer Scheibe Bacon umwickeln; mit Garn fixieren.

Öl in einer Pfanne erhitzen, einige Salbeiblätter hinzugeben und die Aaltournedos auf jeder Seite ca 3-4 Minuten scharf anbraten. Herausnehmen, in eine feuerfeste Form legen und im Backofen in 4-5 Minuten garen.

Inzwischen die Zucchini in dem Bratfett bei starker Hitze goldgelb braten. Mit Salz, Pfeffer und Thymian würzen und mit Zitronensaft beträufeln. Die Zucchinistreifen auf vorgewärmten Tellern verteilen und die Tournedos darauf anrichten. Die Petersilie hacken und darüberstreuen. Dazu passen Salzkartoffeln, Weißbrot, Rataouille oder Wirsinggemüse.

NN