

Schwertfisch-tranche mit konservierten tomaten und pinienkernen

(Meeres hauptgerichte)



Zubereitung

Schneiden Sie die frischen Tomaten in Hälfte, ordnen sie auf einem Backblech, würzen mit Salz, Rohrzucker, Kräuter und extra nativem Olivenöl. Backen Sie für 90 Min bei 140°C. Die Pinienkerne in einer beschichteten Pfanne rösten. Den Schwertfisch mit extra nativem Olivenöl und einer Prise grobes Salz. Auf hoher Hitze grillen. Servieren mit den konservierten Tomaten und gerösteten Pinienkernen.

Tipps

Vergessen Sie nicht, Ihren Schwertfisch mit einem guten Weißwein, wenn möglich von Sizilien, wie ein 'Alcamo', zu verbinden.

Allgemeinwissen

Die Fischer aus Kalabrien und Sizilien sprechen oft einige Sätze auf Griechisch während des Fischfangs aus. Diese Gewohnheit stammt aus einer alten griechischen Tradition.

Informationen

Zubereitung 15 Minuten

Gesamtzeit 90 Minuten

Dient X Serviert 2 Personen

Schwierigkeitsgrad Einfach

la terra di Puglia



Unsere Produkte kaufen

Autentici prodotti di Puglia solo su
shop.laterradipuglia.it

Wir versenden die Deutschen innerhalb von 48 Stunden
Ausgewählte Produkte von höchster Qualität

DISCOUNT10

Verwenden Sie diesen Code einen Rabatt von 10% zu erhalten

Zutaten

Schwertfisch 250 Gramm

Pinienkerne 30 Gramm

Öl

12

Zucker

Kräuter

Knoblauch 3 Zehe

Kirschtomaten