

Karpfen Blau a la AMC

Zutaten:

1 Spiegelkarpfen (vom Händler der Länge nach Teilen lassen).

Für den Sud:

6 El Essig

1/8 Liter Wasser

Wacholderbeeren

Lorbeerblatt,

Pfefferkörner im Gewürzsäckchen.

2 Zwiebeln

Salz,

Petersilienwurzeln,

geraspelte Karotten,

Porree,

Hier könnte Ihr Name mit Wohnort stehen. Kochen sie das Rezept nach, fotografieren sie es und schicken das Bild an fischrezepte@dstumpf.de. Das Gleiche gilt für neue Fischrezepte.

Zubereitung:

Alle Zutaten für den Sud aufkochen lassen und 10 Min köcheln lassen. Den Sud durch ein Sieb gießen das Gemüse aufheben. Karpfenhälften mit dem kochenden Sud übergießen. Gegartes Gemüse in eine kalte AMC Einheit am besten Ovaler Bräter geben Gareinsatz auflegen.

Die Karpfenhälften auf den Gareinsatz legen. Ca 5-6 Schnapsgläser Sud aufgießen. Deckel auflegen Den Bräter aufheizen bis zum ersten roten Strich. Herdplatte ausschalten. Den Fisch ca. 20 Min ziehen lassen. Mit zerlassener Butter, Sahnemerettich und Butterkartoffeln servieren.

Kochrezept von Peter Pößnecker aus Schortens vom 21.08.2009, weitere Rezepte unter: www.amc-handelsvertretung-schortens.de