



## BeO-Kochtipp

### Forellenfilet are Wisswysauce

#### Zutaten

- 4 Stück Forellenfilet
- 1 dl Wisswy
- 1 dl Rahm und wenig Wasser
- Salz
- Rapsöl
- Glutefreies Mehl

#### Zubereitung

Grad zum starte chöit ihr d Forellenfilets beidsitig mit Salz guet würze u nächer i dr vorgheizte Bratpfanne mit chli Rapsöl goldgälb brate. Beidsitig je öpe 4 Minute, zersch uf höherer när uf mittlerer Stufe. Itz dr Wisswy, dr Rahm und e Gutsch Wasser ine chlini Pfanne gäh u abschliessend mit em glutefreie Mehl abbinde.

När ca. 1 Esslöffel Mehl mit chalem Wasser imene chline Schäli verrühre u die Masse när mit em Schwingbäse inerühre u churz la ufchoche.

Zum Schluss die Sauce nomau probiere und allefalls no chli nachewürze.

Chrüttersalzhärdöpfu passe hie wunderbar derzue.

Rezept vom:

Café Restaurant Oberdorf, Steffisburg

