Fischterrine-Grundrezept

Für das Fischterrine-Grundrezept kann man unterschiedliche Einlagen wählen. So ist das Rezept für jeden Geschmack wandelbar.

Verfasser: kochrezepte.at

Arbeitszeit: 30 min

Koch/Backzeit: 1,2 h

Ruhezeit: 1,5 h

Gesamtzeit: 3,2 h

Zutaten

400 g	Fischfilets
240 ml	Schlagobers
4 Stk.	Eiklar
1 Prise	Salz
1 Prise	Pfeffer
1 Schuss	Zitronensaft
1 EL	Öl

Für die Einlage

220 g	Gemüse (weich gekocht)
100 g	Fischfilets (grob faschiert)
1 Bund	Kräuter

Zubereitung

1. Für das **Fischterrine-Grundrezept** die Filets säubern, gegebenenfalls von Gräten befreien und trockentupfen. Danach faschieren oder sehr fein hacken. Zu zwei Rollen oder Laibchen formen und für rund 90 Minuten in das Frostfach geben.

2. In der Zwischenzeit die Einlage vorbereiten: Gemüse je nach Sorte schälen, waschen, putzen und in Würfel schneiden. Einen großen Topf mit Salzwasser zum Kochen bringen. Das Gemüse hineingeben und bei niedriger Hitze weich garen lassen. In einem Sieb abtropfen lassen. Für eine Fischeinlage die Filets waschen, von Gräten befreien, trockentupfen und würfeln oder grob faschieren. Kräuter waschen, trocknen und fein hacken.

3. Die Eier trennen (Dotter wird nicht benötigt). Fisch aus dem Frostfach nehmen, in kleine Stücke schneiden, in die Küchenmaschine geben. Mit dem Eiweiß vermixen. Den Schlagobers langsam eingießen und unterrühren. Mit Zitronensaft, Pfeffer und Salz würzen. Die Fischmasse durch ein feines Sieb streichen, damit mögliche Grätenreste entfernt werden können. Die Terrine in den Kühlschrank stellen. Den Ofen auf 120 Grad vorheizen.

4. Die Fischterrine mit der vorbereiteten Einlage und/oder Kräutern verrühren. Einen hitzefesten Topf mit warmem Wasser füllen (Temperatur 70 Grad). Einen passenden Einsatz fetten und mit Klarsichtfolie auslegen. Die Fischterrine einfüllen, den Einsatz in das Wasserbad stellen, den Topf abdecken. Im Ofen rund eine Stunde lang pochieren lassen.

Tipp

Das Fischterrine-Grundrezept eignet sich gut als Vorspeise. Dazu schmecken Blattsalate oder frisches Weißbrot.