

Aal Rezepte

Caldeirada De Enguias A Moda Do Aveiro

Anzahl: 4 Portionen

Gattung: Suppe, Fisch, Eintopf, Fisch, Portugal, Suppe, Aal

1,20 kg	Seeaal	1	Lorbeerblatt
600 g	Kartoffeln	1	Teel. Ingwer; gemahlen oder - Safran
2	große Zwiebeln		
0,33	Tas. Olivenöl	4	Essl. Essig
1	Bund Petersilie	100 g	Butter
2	Knoblauchzehen; gehackt		

Die Aale säubern und in Stücke zerteilen, die Köpfe abtrennen. Kartoffeln schälen und in ebenso große Stücke schneiden, Zwiebeln in Ringe schneiden.

Die Fischstücke in einen Keramiktopf legen, Kartoffeln und Zwiebelringe darüber geben.

Jede Schicht mit Öl begießen.

Mit gehackter Petersilie, Knoblauch, Lorbeerblatt, Ingwer, Pfeffer und Salz bestreuen.

Essig zugießen, Butterstückchen darüber geben.

Zudecken und im vorgeheizten Backofen bei mittlerer Hitze etwa 45 Minuten garen.

Variante: Aus den Resten lässt sich eine schmackhafte Suppe zubereiten: Wasser, drei bis vier Scheiben trockenes Brot und frische Minzeblätter dazugeben und erneut aufkochen. Heiss servieren.