

Zwei feine BALCHEN-Rezepte

Grossfelchen aus dem Vierwaldstättersee



" EN GUETE ! "



Felche (Balchen)

Balchen

"Waldstättersee"



1 1/2 kg Balchen in etwas dickere Tranchen schneiden

- 1 Lauchstengel
- 1 mittlere Zwiebel
- 1-2 Knoblauchzehen
- 1/2 KL Majoran
- 1/2 KL Thymian

Alle Zutaten klein schneiden und in ungefähr 150 gr. Butter kurz dämpfen, hernach auf die Seite stellen.

Die grosse Bratpfanne mit ca. 50 g Butter austreichen.

Balchenstücke würzen mit Salz, Paprika, Pfeffer.

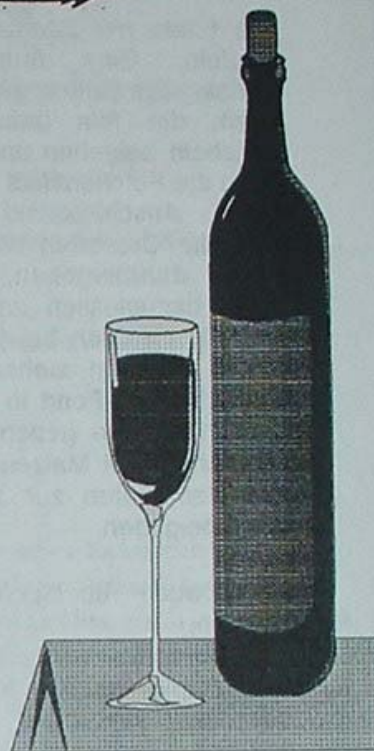
Mit Zitronen- oder Limonensaft beträufeln und zugedeckt ungefähr 1 Stunde stehen lassen.

Hernach wird Peterli und Schnittlauch, sowie die kleingeschnittenen Zutaten, über alles gestreut, ebenso das Gemüse und Gewürz.

2 1/2 dl trockenen Weisswein darüber giessen und zuletzt nochmals einge Butterflocken darüber geben.

Darauf in den vorgeheizten Backofen schieben. Garzeit ungefähr 10 - 15 Minuten. (Je nach Grösse der Balchen variieren.)

Dazu servieren Sie einen frischen grünen Salat und Reis.



Balchen gedämpft

nach Art des Jubiläums-OK-Präsidenten, Hans-Stöckli



1 Balche ganz ca. 700 g

Backofen auf 220 Grad aufheizen. In eine Auflaufform Butter geben. Gehackte Zwiebeln und Peterli leicht dämpfen.

Balche würzen mit Salz, Aromat, Pfeffer, Senf und Dill. Balche auf beiden Seiten leicht anbraten.

Kräftigen Weisswein dazugliessen (ca. 2dl.) Zugedeckt im heissen Ofen ca. 20 Minuten dämpfen.

Butter in einer Pfanne schmelzen und 150 g Champignons blättrig schneiden und dazugeben. 1 EL

Mehl darüberstreuen. Danach den abgeseihten Fischsud zugeben und alles leicht kochen lassen, würzen.

1 dl Rahm zugeben und alles über die Balche gliessen. Dazu serviert man Reis oder Salzkartoffeln.

"En guete !" wünscht der OK-Präsident

