



Aal nach Art von Bisentina „Anguilla alla Bisentina“

Zutaten für 4 Personen

- 2 kg frischer Aal, küchenfertig
- 800 g ORO di Parma stückige Tomaten scharf
- 2 Zweige Rosmarin
- 5 Blätter Salbei
- 2 Blätter Lorbeer
- trockener Weißwein (nach Belieben)
- 6 Zehen Knoblauch
- 100 ml Olivenöl
- Salz
- frisch gemahlener schwarzer Pfeffer



Schritt 1: Die Vorbereitung

Waschen Sie den Aal gründlich und schneiden Sie ihn in circa 5 cm lange Stücke. Waschen Sie alle Kräuter und tupfen Sie sie trocken. Schälen Sie die Knoblauchzehen und zerdrücken Sie sie mit der Seite eines Messers.

Verwendete Produkte



Schritt 2: Der Aal

Würzen Sie den Aal mit Salz und braten Sie die Stücke in Olivenöl scharf an. Am besten benutzen Sie eine etwas höhere Pfanne oder Kasserolle dafür, denn hier kommt später noch die Sauce dazu.



Schritt 3: Die Sauce

Löschen Sie den Aal mit etwas Weißwein ab und geben Sie anschließend ORO di Parma stückige Tomaten scharf, Knoblauchzehen, Kräuter und etwas Olivenöl dazu. Würzen Sie mit frisch gemahlenem schwarzem Pfeffer. Lassen Sie die Sauce für circa 10 Minuten köcheln und geben Sie nach Belieben Weißwein oder alternativ warmes Wasser hinzu.

Schritt 4: Das Finale

Entnehmen Sie vor dem Servieren die Knoblauchzehen aus Ihrer Pfanne oder Kasserolle. Servieren Sie den Aal heiß und mit viel Sauce. Reichen Sie frisch gebackenes Ciabatta oder cremige Polenta dazu. Weisen Sie ihre Gäste auf die vorhandenen Gräten hin, diese müssen vorsichtig entfernt werden. Das geht ganz einfach: Mithilfe einer Gabel können Sie die Karkassen vom Fleisch lösen, so wie bei anderen Fischen auch. Hier gibt es keine Unterschiede.