

## Meer Genuss mit de Buyer



Gebraten, pochiert oder gedämpft – frischer Fisch ist lecker, gesund und lässt sich auf unzählige Arten zubereiten. Um seinen vollen Geschmack zu entlocken, ist es wichtig, den Fisch sich erstmal genauer anzuschauen: Hat er ein sehr zartes oder weiches Fleisch, oder hat er eine feste und eher grobfaserige Struktur, wie ist sein Fettgehalt? Für die Zubereitungsvariante spielt auch das Kochgeschirr eine wichtige Rolle. Ob Eisen, Antihafte oder Edelstahl – de Buyer hat für jede gängige Garmethode die passenden Produkte. So wird mit dem französischen Traditionsunternehmen jedes Fischgericht im Handumdrehen zu einer Köstlichkeit.

Fisch mit Haut, sollte von außen schön knusprig und innen trotzdem saftig sein. Dazu wird in der **Mineral B Element** Pfanne etwas Öl erhitzt, anschließend wird der Fisch mit der Hautseite nach unten langsam goldbraun gebraten. Die schmiedeeiserne de Buyer Pfanne ermöglicht einen optimalen Temperaturanstieg und ein sanftes Garen. Zum Schluss das Filet wenden und die Fleischseite kurz anbraten. Dank der natürlichen Patina, die wie eine Antihafschicht wirkt, bleibt nichts kleben.



In den Pfannen **Choc B Bois** oder **Choc Intense**, lässt sich hervorragend Fischfilet ohne Haut zubereiten. Dank ihrer Antihafbeschichtung wird der zarte Fisch langsam bei niedriger Temperatur schonend gegart, ohne das Fleisch anzugreifen – so bleiben die meisten Nährstoffe und natürliche Aromen erhalten.



Eine besonders fettarme und schmackhafte Methode Fisch zu kochen ist das Pochieren. Hierfür wird zuerst in einer hohen **Alchimy**-Edelstahlpfanne mit Deckel ein schneller Sud aus ein wenig Wasser, Essig, Salz, Lorbeerblatt, Pfefferkörnern und Wacholderbeeren, Zwiebel, Nelken und Suppengemüse hergestellt. Diesen

sogenannten „Court-bouillon“ 10 Minuten kochen lassen und anschließend die Hitze runterschalten. Nun den Fisch einlegen und zugedeckt langsam garziehen. Der mehrschichtige Materialaufbau mit Aluminiumkern der de Buyer Pfanne sorgt für eine optimale Temperaturverteilung, so dass der Fisch sanft pochiert wird und besonders zart bleibt.



#### Preise:

Mineral B Element Eisenpfanne, ab Ø 20 cm, ab 35,10 €

Choc B Bois Antihafpfanne, ab Ø 20 cm, ab 58,60 €

Choc Intense Antihafpfanne, ab Ø 20 cm, ab 56,10 €

Alchimy, Edelstahlpfanne, ab Ø 20 cm, ab 89,00 €

[www.debuyer.com](http://www.debuyer.com)