

Adlerfischfilet auf Petersilienpüree

Kategorie: Fisch/Meeresfrüchte

Rezept Nr.: 488

Portionen: 0

Zutaten	Mengen	Bemerkungen
Adlerfischfilet	500 Gramm	alt.: Loup; Dorade; Kabeljau; Zander
Olivenöl	1 EL	
Salz, Pfeffer	0	
Crème fraiche	0,25 Liter	oder Sahne
Butter	15 Gramm	
Muskatnuß	1 Msp.	
Kartoffeln	400 Gramm	Grenaille; Bamberger Hörnchen, Bonnotte
Entenfett	1 EL	evtl. stattdessen Olivenöl
Entenbrust	80 Gramm	geräuchert mit Fettrand
Petersilie	1 Bund	glatte

Zubereitung

1. Die Kartoffeln ca. 12 Minuten kochen, abgießen, nach dem Abkühlen schälen und in mundgerechte Stücke schneiden.
2. Die Petersilienblätter abzupfen in ausreichend kochendes, leicht gesalzenes Wasser geben und nach zwei Minuten abgießen. Die Blätter gleich in kaltes Wasser tauchen, damit sie grün bleiben.
3. Die Crème fraiche etwas einkochen und zusammen mit der Petersilie, fein pürieren. Salzen, pfeffern und mit etwas Muskatnuß abschmecken. Vor dem Servieren heiß werden lassen, aber nicht kochen, damit die Farbe bleibt.
4. Die Kartoffeln in Entenfett oder Olivenöl bräunen. Kurz vor dem Servieren die kleingeschnittene Entenbrust zugeben.
5. Den Backofen auf 190° vorheizen. Den Fisch in Portionsstücke schneiden und auf der Hautseite in etwas Olivenöl heiß anbraten (20 -30 s). Dann je nach Dicke des Filets 4-6 Min. im Ofen garen.
6. Anrichten: Petersiliencreme auf den Teller geben, das Filet darauf setzen, mit etwas Salz (Fleur de Sel) würzen und die Kartoffeln drumherum drapieren.

Anmerkungen: Entenbrust und Entenfett sind entbehrlich. Sie würzen das Gericht jedoch auf angenehme Weise und zeigen, daß es aus dem Südwesten von Frankreich kommt. Neben Adlerfisch eignen sich auch andere feste Fischfilets, selbst Zander läßt sich so zubereiten. Wer will kann mit den Karkassen einen kleinen Fischfond mit Zwiebeln, den Petersilienstängeln, Weißwein und etwas Noilly Prat machen und zusammen mit der Sahne einkochen.

Weinempfehlung: Ein weißer Bordeaux ohne spürbaren Holzausbau (Graves; Entre-deux-Mers) oder ein Weißwein mit Vermentino/Rolle aus der Provence oder Ligurien.

Anmerkung zum Foto: Bei dem hier verwendeten Fisch, handelt es sich um ein Filet vom Peterfisch, der ohne Haut gebraten wurde.

Adlerfischfilet auf Petersilienpüree



Notizen
