

Gebratene Wolfsbarschfilets

MIT HUMMERSAUCE UND ESSKASTANIEN



Zutaten für 4 Personen:

500 g	Wirsing
2	Schalotten
250 g	Esskastanien, küchenfertig (gegart und geschält, TK oder Vakuumbbeutel)
2–3 EL	Butter
600 g	Wolfsbarschfilet, geschuppt mit Haut
1 EL	Öl
125 ml	trockener Vermouth (Alternative: Weißwein)
100 ml	Sahne
Salz, Pfeffer, Muskat	

Von Lacroix benötigen Sie:

1 Glas	Fisch Fond, 200 ml
2 TL	Krustentier-Paste
1 Pckg.	Sauce à la Béarnaise, 150 ml
1 Glas	Gemüse Fond, 200 ml

Zubereitung:

Wirsingblätter voneinander trennen, waschen und abtropfen lassen. Dicke Blattrippen entfernen, die Blätter in feine Streifen schneiden. Schalotten schälen, halbieren und in feine Scheiben schneiden. Zusammen mit 1 EL Butter und 100 ml Gemüse Fond in einem kleinen Topf mit Deckel 15 Minuten bei schwacher Hitze dünsten, gleich zu Beginn mit Salz, Pfeffer und Muskat würzen. In der Zwischenzeit die Kastanien grob hacken oder in Scheiben schneiden.

Wirsing mit einem Pürrierstab ganz kurz pürieren. Esskastanien und Sauce à la Béarnaise zugeben, den Topf vom Herd nehmen und zugedeckt ziehen lassen. Wolfsbarschfilet mit Salz und Pfeffer würzen, mit der restlichen

Butter und dem Öl in einer beschichteten Pfanne auf der Hautseite bei mittlerer Hitze 4 Minuten braten. Die Fischfilets umdrehen, mit Vermouth ablöschen. Wolfsbarschfilets aus der Pfanne nehmen und warmstellen. Sahne, Fisch Fond und Krustentier-Paste in die Pfanne geben und bei großer Hitze cremig einkochen. Wirsingkastaniengemüse noch einmal erhitzen und mit Wolfsbarsch und Hummersauce anrichten.

Tipp:

Dazu passen besonders gut Salzkartoffeln oder ein cremiges Kartoffelpüree.