

Seeteufel mit Vanille, Curry und schnellem Rettich-Salat

 happy-mahlzeit.com/2019/12/02/seeteufel-mit-vanille-curry-und-schnellem-rettich-salat/

Zutaten für 2 Personen:

- 400g Seeteufelfilet
- 400g Rettich
- 150g saure Sahne
- 1 Vanilleschote
- 6 Stiele frischer Koriander
- 2 TL Currypulver
- 2 TL Honig
- Salz
- Pfeffer
- Chili
- Öl
- Butter
- Mehl

Zubereitung:

Den Rettich schälen, die Enden entfernen und dann mit einem Sparschäler hauchdünne Streifen abschälen. Den Koriander fein hacken. Die saure Sahne in eine Schüssel geben und mit Honig, Salz, Pfeffer, etwas Chili und dem Koriander vermengen. Den Rettich zur sauren Sahne geben und in der Sauce marinieren.

Eine Pfanne mit etwas Öl erhitzen. Den Seeteufel waschen, trocken tupfen, in Tranchen schneiden und in etwas Mehl wenden. Überschüssiges Mehl abklopfen. Den Fisch kurz anbraten und vom Herd nehmen.

2 Flocken Butter in die Pfanne geben. Currypulver und die frische Vanille zur Butter geben. Das Ganze mit Salz und Pfeffer würzen.

Den Rettich-Salat mit dem Seeteufel auf Tellern anrichten.

Rezept: Steffen Henssler

Quelle: Topfgeldjäger vom 1.12.2011