

Karpfenfilet mit Flusskrebse, gemischtem Gemüse und Meerrettich-Sauce

 happy-mahlzeit.com/2021/12/11/karpfenfilet-mit-flusskrebse-gemischtem-gemüse-und-meerrettich-sauce

Zutaten für 2 Personen

Für die Krebse und den Karpfen:

- 6 Krebschwänze, küchenfertig und gekocht
- 2 Karpfenfilets, ohne Haut und Bauchlappen, à circa 180 g
- 1 Zitrone
- 1 EL Mehl
- 2 EL Butter
- 2 EL Pflanzenöl
- Cayennepfeffer
- Salz
- Pfeffer

Für die Sauce:

- 1 Schalotte
- 50 g frischer Meerrettich
- 30 g Butter
- 20 g Mehl
- 100 ml trockener Weißwein
- 400 ml Fischfond
- 200 ml Schlagsahne
- Salz
- Pfeffer

Für das Gemüse:

- 150 g festkochende Kartoffeln
- 75 g Karotten
- 75 g Petersilienwurzeln
- 50 g Porree
- 15 g Butter
- 100 ml Gemüsefond
- 1/2 TL Zucker
- Muskatnuss
- Salz
- Pfeffer

Für die Garnitur:

1/2 Bund Dill

Zubereitung:

In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen.

Für die Sauce die Schalotte abziehen, fein würfeln, in einer Pfanne mit Butter glasig dünsten, anschließend mit Mehl bestäuben und nochmals kurz andünsten. Mit Weißwein, Fond und Sahne ablöschen. 15 – 20 Minuten unter ständigem Rühren kochen. Mit Salz und Pfeffer abschmecken. Meerrettich schälen, fein reiben, zur Sauce geben. Die Sauce durch ein feines Sieb passieren.

Für das Gemüse Kartoffeln, Karotten und Petersilienwurzeln schälen und in 1/2 cm große Würfel schneiden. Porree halbieren, putzen und auch in 1/2 cm große Stücke schneiden. Kartoffeln in einem Topf mit kochendem Salzwasser 5 Minuten garen, abschütten und abtropfen lassen. Karotten und Petersilienwurzeln 2 – 3 Minuten kochen. Ebenfalls abschütten.

Butter, Zucker und Fond in einem Topf erhitzen und um die Hälfte reduzieren lassen. Das Gemüse dazu geben und zugedeckt 3 – 4 Minuten dünsten. Mit Salz, Pfeffer und Muskat abschmecken.

Für die Krebse und Karpfen die Köpfe der Krebse abdrehen, den harten Panzer am Bauch mit einer Schere durchschneiden. Krebschwänze vorsichtig aus den Schalen brechen, entdarmen, kalt abspülen und beiseite legen.

Die Karpfenfilets kalt abbrausen, trockentupfen und schräg durchschneiden. Die Zitrone halbieren und auspressen. Zitronensaft und Salz auf den Karpfen geben und 3 Minuten einziehen lassen. Die Filets trockentupfen, mit Salz und Pfeffer würzen. In Mehl wenden und abklopfen. 2 Pfannen mit jeweils 1 EL Butter und Öl erhitzen. Die Karpfenfilets in einer Pfanne von beiden Seiten 2 – 3 Minuten braten.

In der 2. Pfanne die Krebschwänze kurz schwenken und beides mit Salz und Cayennepfeffer abschmecken.

Für die Garnitur Dill abbrausen, trockenwedeln, Spitzen abzupfen und fein hacken. Das Gemüse mit einer kleinen Schaumkelle in die Mitte der Teller setzen, je 2 Fischfilets darauf setzen. Mit Sauce beträufeln und je 3 Krebschwänze darauf setzen. Mit Dill garnieren und servieren.

Rezept: Thomas Grischko

Quelle: Die Küchenschlacht vom 19. Dezember 2016

Episode: Weihnachtliche Leibgerichte