

Gebratene Rotbarbe mit Kohlrabi

 happy-mahlzeit.com/2019/11/20/gebratene-rotbarbe-mit-kohlrabi/

Zutaten für 2 Personen:

- 2 doppelte Rotbarbenfilets
- 1 Kohlrabi
- 100ml Kokosmilch
- 1 Zwiebel
- 1 Knoblauchzehe
- 20ml Limoncello
- 1 Zweig Thymian
- 1 Bio-Zitrone
- Öl
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Den Kohlrabi schälen, zuerst in feine Scheiben, dann in kleine Würfel schneiden. Die Zwiebel in Scheiben schneiden und mit dem Kohlrabi in einem Topf mit Öl, Salz und Pfeffer andünsten. Mit Limonello ablöschen. Kokosmilch dazugeben und das Ganze einkochen lassen.

Die Rotbarbe filetieren und den Grätenkamm entfernen. Mit Salz und Pfeffer würzen. Öl in eine heiße Pfanne geben und den Fisch von beiden Seiten kurz anbraten. Eine Knoblauchzehe in Scheiben schneiden und mit dem Thymian zum Fisch geben. Einen Schuss frischen Zitronensaft auf den Fisch träufeln.

Das Kohlrabi-Gemüse mit dem Fisch auf Tellern anrichten.

Rezept: Steffen Henssler

Quelle: Topfgeldjäger vom 21.11.2011