

Rotbarschfilet im Ei-Mantel mit Kartoffel-Apfel-Stampf und Meerrettich-Spitzkohl

 happy-mahlzeit.com/2022/01/22/rotbarschfilet-im-ei-mantel-mit-kartoffel-apfel-stampf-und-meerrettich-spitzkohl

Zutaten für 2 Personen

Für das Rotbarschfilet:

- 2 Rotbarschfilets à 150 g
- 1 Knoblauchzehe
- 1 Zitrone
- 2 Eier, davon die Eigelbe
- ½ Bund Dill
- 100 g Butter
- Bratfischgewürz
- Sonnenblumenöl
- Salz

Für den Kartoffel-Apfel-Stampf:

- 500 g festkochende Kartoffeln
- 2 Äpfel
- 100 ml Milch
- 100 g Schlagsahne
- 50 g Butter
- Muskatnuss
- Salz

Für den Meerrettich-Spitzkohl:

- 1 Kopf Spitzkohl
- 1 Zwiebel
- 100 g Schlagsahne
- 100 ml Gemüsefond
- 3 EL Meerrettich, aus dem Glas
- 3 EL Butter
- Muskatnuss
- Salz
- Pfeffer

Zubereitung:

Für den Fisch Dill abbrausen, trockenwedeln, Spitzen abzupfen und fein hacken. Die Zitrone auspressen. Knoblauch abziehen und fein hacken. Den Rotbarsch kalt abbrausen, trockentupfen, mit Bratfischgewürz, Zitronensaft und Knoblauch einreiben und salzen. Eier trennen, Eigelbe verquirlen. Den Rotbarsch durch

das Eigelb ziehen und anschließend in heißem Öl und heißer Butter goldbraun ausbacken. Vor dem Servieren mit Dill bestreuen.

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Kartoffeln schälen und grob würfeln. Äpfel schälen, Kerngehäuse entfernen und Fruchtfleisch ebenfalls würfeln. Kartoffeln und Äpfel in Salzwasser weich garen. Anschließend abschütten und mit Milch, Sahne und Butter stampfen. Mit frisch geriebener Muskatnuss und Salz abschmecken.

In einem Topf gesalzenes Wasser zum Kochen bringen. Den Spitzkohl putzen, waschen, die Blätter vom Strunk lösen und für ca. 2 Minuten in Salzwasser blanchieren. Mit kaltem Wasser abschrecken und in feine Streifen schneiden. Zwiebel abziehen und fein würfeln. In einer Pfanne Butter zerlassen und Zwiebel glasig anschwitzen. Spitzkohl hinzufügen und andünsten. Mit Salz, Pfeffer und frisch geriebener Muskatnuss würzen, mit Gemüsefond und Sahne ablöschen und kurz reduzieren lassen. Den Meerrettich unterrühren.

Rotbarschfilet im Ei-Mantel mit Kartoffel-Apfel-Stampf und Meerrettich-Spitzkohl auf Tellern anrichten und servieren.

Rezept: Uschi Malzburg

Quelle: Die Küchenschlacht vom 23. Januar 2017