

Schellfisch-Torte mit Blumenkohl, Parmesan-Soße, Garnelen

Für 2 Personen

300 g Schellfischfilet, mit Haut	50 g Garnelen, gekocht	20 g Parmesan
150 g Blumenkohl	70 ml Wermut	200 ml Geflügelfond
50 ml Sahne	50 g Butter	2 EL Mehl
1 EL Petersilie, glatt	Muskatnuss	Salz,
Peffer, schwarz		

Für die Parmesansoße den Wermut und den Geflügelfond zum Kochen bringen, reduzieren lassen und mit Salz und Pfeffer abschmecken. Dann die Hälfte der Butter hinzufügen. Den Blumenkohl zehn Minuten garen und anschließend zu einem groben Püree stampfen. Die Sahne zum kochen bringen und mit dem Blumenkohlpüree vermengen. Etwas von der Muskatnuss reiben. Anschließend das Püree mit Salz, Pfeffer und Muskatnuss abschmecken. Den Schellfisch waschen, trocken tupfen, mit Salz und Pfeffer würzen und im Mehl wenden. Den Schellfisch mit dem Rest der Butter sieben Minuten von beiden Seiten braten. Den Parmesan unter Rühren den Parmesan in der Soße auflösen und die Garnelen hinzugeben. Die Petersilie zupfen und fein hacken. Den Blumenkohl auf Tellern verteilen und eine Portion Schellfisch darauf legen. Zum Schluss die Soße um den Schellfisch verteilen, einige Garnelen dazulegen und die Petersilie darüber streuen.

Riete Maes am 14. September 2009