

## Heilbutt mit grünem Spargel und Weißwein-Soße

### Für 2 Personen

2 Heilbuttfilets a 200 g	200 g Thai-Spargel	4 Kirschtomaten
1 Zitrone, unbehandelt	2 EL Mehl	50 g Butter
250 ml trockener Weißwein	200 ml Gemüfefond	250 ml Schlagsahne
0,5 Bund glatte Petersilie	1 EL weißer Balsamico-Essig	2 EL Zucker
1 TL edelsüßes Paprikapulver	2 g Safran-Fäden	Salz

Die Heilbuttfilets waschen und trocken tupfen. Die Zitrone halbieren und den Saft auspressen. Anschließend die Filets von beiden Seiten mit Zitronensaft beträufeln und salzen. Einige Minuten einwirken lassen und danach mit Küchenpapier abtupfen. Das Mehl und das Paprikapulver mit Salz vermengen und die Fischfilets beidseitig darin wälzen. 40 Gramm Butter in einer Pfanne erhitzen und die Filets darin von beiden Seiten kurz anbraten, aus dem Fett heben und gut abtropfen lassen. Das Bratfett mit dem Weißwein aufgießen und einkochen lassen. Mit Salz und bei Bedarf mit etwas Gemüfefond abschmecken. Anschließend die Schlagsahne einrühren und die Soße aufkochen lassen. Den Safran dazugeben. Die Heilbuttfilets in die Soße legen. Diese nochmals kurz aufkochen lassen, vom Herd nehmen und bei geschlossenem Deckel ziehen lassen. Den Spargel von den holzigen Enden befreien. In einem Topf Salzwasser zum Kochen bringen und den Spargel darin fünf Minuten kochen. Anschließend den Spargel mit kaltem Wasser abschrecken. In einer Pfanne die übrige Butter erhitzen und darin den Zucker karamellisieren, mit Balsamico-Essig ablöschen und den Minispargel darin schwenken. Die Blätter der Petersilie abzupfen. Die Fischfilets mit der Weißweinsoße und dem Spargel auf Tellern anrichten und mit den Kirschtomaten und der Petersilie garnieren.

Claudia Schuss am 20. Mai 2010