

Weihnachtlicher Seelachs mit Bandnudeln und Zitronen-Soße

Für 2 Personen

4 Seelachsfilets, mit Haut	150 g Hartweizenmehl	2 unbeh. Zitronen
2 Eier	100 ml Sahne	50 ml Gemüsefond
125 g Mehl	125 g Butter	1 Bund Dill
1 Bund Kerbel	Espressopfeffer	1 EL Olivenöl
Meersalz	schwarzer Pfeffer	

Die Fischfilets salzen und pfeffern, dann auf der Hautseite durch das Mehl ziehen und abklopfen. 100 Gramm Butter in einer Pfanne stark erhitzen und den Fisch auf der Hautseite eine Minute kräftig braten. Die Hitze reduzieren und den Fisch noch gar ziehen lassen. Die Pfanne von der Kochstelle nehmen und mit einem Deckel verschließen. Das Hartweizenmehl und einen halben Teelöffel Salz in einer Schüssel vermengen. Anschließend die Eier und Öl zugeben und mit dem Handrührgerät verkneten. Sobald die Masse zusammenhält mit den Händen weiter kneten bis ein glatter Teig entsteht. Den Teig für kurze Zeit in einem feuchten Küchenhandtuch ruhen lassen. Die Teigmasse halbieren und mit dem Nudelholz dünn ausrollen. Den Teig dabei mit Mehl und Öl regulieren falls er klebt oder zu trocken ist. Aus dem Teig schmale Streifen schneiden. Die Nudeln in heißem Salzwasser garen. Zwei Esslöffel Butter in einem Topf zerlassen und bei mittlerer Hitze unter ständigem Rühren zwei Esslöffel Mehl einrühren. Das Bund Dill und den Kerbel fein hacken. Die Zitronenschale abreiben und den Saft anschließend auspressen. Die Sahne, den Gemüsefond, Dill, Kerbel und den Saft einer halben Zitrone in die Soße geben, alles kurz aufkochen lassen und mit einer Prise der geriebenen Zitronenschale abschmecken. Den Fisch mit den Bandnudeln und der Zitronensauce auf Tellern anrichten und mit dem Espressopfeffer garnieren.

Reiner Granderath am 28. Dezember 2011