

In Salz-Butter gebratener Dorsch mit Kartoffel-Spalten

Für zwei Personen

400 g Dorschfilet, mit Haut	500 g festk. Kartoffeln	50 g Frisée
50 g Rucola	50 g Lollo rosso	1 Tomate
1 unbehandelte Zitrone	3 Radieschen	2 Zweige Rosmarin
3 Zweige glatte Petersilie	3 Zweige Schnittlauch	3 TL Honig
2 TL Senf	4 EL norwegische Salzbutter	2 EL Mehl
2 EL Estragonessig	3 EL Olivenöl	schwarzer Pfeffer
Salz		

Den Backofen auf 190 Grad Umluft vorheizen. Die Kartoffeln waschen, schälen und in Spalten schneiden. Den Rosmarin waschen, trocknen und ein paar Blätter zupfen. In einer Schüssel das Olivenöl, etwas Salz und Pfeffer und den Rosmarin vermengen. Die Kartoffelspalten darin gut marinieren. Anschließend die Kartoffelspalten auf ein Backblech und in den vorgeheizten Ofen geben und etwa 20 Minuten garen lassen. Den Fisch waschen, trocken tupfen und von beiden Seiten mit Salz und Pfeffer würzen. Anschließend den Fisch in dem Mehl wenden. Die norwegische Salzbutter in einer Pfanne erhitzen und das Dorschfilet bei mittlerer Hitze zunächst auf der Hautseite braten. Die Zitrone halbieren, von einer Seite ein paar Zesten reißen und diese zu dem Fisch in die Pfanne geben. Kurz vor dem Ende der Garzeit den Fisch wenden und die hautfreie Seite leicht bräunen. Für die Salatgarnitur den Friséesalat, den Rucola und den Lollo rosso waschen und trocken schleudern. Die Radieschen waschen, trocknen und klein schneiden. Die Tomate waschen, trocknen und klein schneiden. Die Petersilie und den Schnittlauch waschen, trocknen und klein hacken. Die Salate, die Tomate, die Radieschen und die Kräuter leicht vermengen. Für die Vinaigrette den Estragonessig mit dem Olivenöl, dem Senf und dem Honig gut vermengen. Den Saft der übrigen Zitronenhälfte auspressen. Die Vinaigrette mit dem Zitronensaft, Salz und Pfeffer abschmecken. Die Vinaigrette auf die Salatgarnitur geben. Den in norwegischer Salzbutter gebratenen Dorsch mit den Kartoffelspalten und der Salatgarnitur auf einem Teller anrichten und servieren.

Kathrin Gerhardt am 02. April 2012